

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGIA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del
Cercado de Lima

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bach. María Del Pilar Silva Berrospi

Lima – Perú

2018

DEDICATORIA

Este trabajo implica la culminación de un periodo importante de formación, que no habría llegado a realizarse, sin quienes a continuación mencionaré:

- Doy gracias en primer lugar a Dios, porque sin su bendición nada sería posible.
- A mi madre, el más valioso tesoro que desde el cielo me cuida y de quién guardo su valioso ejemplo y será mi mayor motivación para seguir avanzando.
- A mi hermano, mi padre, mi tío Elmer y amigos, a los de siempre y a los que llegaron para quedarse; por la confianza depositada, por los ánimos brindados y su apoyo incondicional en todo momento.

AGRADECIMIENTO

Mi gratitud está dirigida principalmente a Dios, por haberme acompañado a lo largo de la carrera, por ser mi fortaleza.

A Mi hermosa familia, les agradezco por el apoyo brindado durante toda mi formación académica.

Finalmente, agradezco a mis asesores por su ayuda, comprensión, sugerencias y guías constantes en mi asesoramiento de investigación, ya que sin ellos tampoco hubiera sido posible llevar a cabo.

ÍNDICE

ÍNDICE	iv
ÍNDICE DE TABLAS	vii
ÍNDICE DE FIGURAS	viii
PRESENTACIÓN	ix
RESUMEN	x
SUMMARY	xi
INTRODUCCION	xii
CAPÍTULO I	14
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1 Descripción de la realidad problemática.	14
1.2 Formulación del problema	17
1.2.1 Problema general.....	17
1.2.2 Problemas secundarios.....	17
1.3 Objetivos.....	18
1.3.1 General.....	18
1.3.2 Específicos	18
CAPÍTULO II	20
MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL	20
2.1 Antecedentes.....	20
2.1.1 Internacionales	20
2.1.2 Nacionales.....	22
2.2 Bases teóricas	24
2.2.1 Definiciones:.....	24
2.2.2 Conceptos afines semejanzas y diferencias:.....	27
2.2.3 Característica de la dependencia emocional.....	30
2.2.4 Tipos de dependencia emocional interpersonales patológicas	37

2.2.5	Causas de la dependencia emocional.....	40
2.2.6	Teorías	41
2.2.7	Definiciones conceptuales.....	45
CAPÍTULO III:		48
MÉTODOLOGIA.....		48
3.1	Tipo y Diseño de Investigación	48
3.1.1	Tipo	48
3.1.2	Diseño	48
3.2	Población y Muestra	49
3.2.1	Población.....	49
3.2.2	Muestra	49
3.3	Identificación de la variable y su operacionalización.....	49
3.4	Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	51
3.4.1	Ficha Técnica	51
3.4.2	Validez y confiabilidad	52
3.4.3	Elaboración de baremos.....	53
4.1	Procesamiento de los resultados	55
4.2	Presentación de Resultados.	55
4.3	Análisis y discusión de los resultados.....	74
4.4	Conclusiones	80
4.5	Recomendaciones	81
CAPÍTULO V		82
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN		82
5.1	Denominación del programa.....	82
5.2	Justificación del programa	82
5.3	Establecimiento de objetivos.....	82
5.4	Sector al que se dirige	83

5.5	Establecimiento de conductas problemas /conductas metas.....	83
5.6	Metodología de la intervención	83
5.7	Instrumentos / materiales a utilizar	84
5.8	Cronograma de actividades	84
	REFERENCIA.....	103
	ANEXOS	109
	Anexo 1: Matriz de consistencia.....	110
	Anexo 2. Carta de presentación de la Universidad	112
	Anexo 3. Carta de aceptación de la institución.....	114
	Anexo 4. Cuestionario	115

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Operacionalización de variable</i>	50
Tabla 2. Ficha Técnica Del Instrumento de Dependencia Emocional – IDE	51
Tabla 3. Baremos y categorías diagnosticas del IDE.	54
Tabla 4. Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de dependencia emocional	55
Tabla 5. Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a la dependencia emocional	56
Tabla 6. Nivel total de dependencia emocional	58
Tabla 7. Nivel de miedo a la ruptura.....	60
Tabla 7. Nivel de miedo e intolerancia a la soledad	62
Tabla 8. Nivel de prioridad a la pareja.....	64
Tabla 9. Nivel de necesidad de acceso a la pareja	66
Tabla 10. Nivel de deseos de exclusividad	68
Tabla 11. Nivel de subordinación y sumisión	70
Tabla 12. Nivel de deseos de control y dominio	72

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resultados del factor de miedo e intolerancia a la soledad	63
Figura 2. Resultados de prioridad de la pareja.....	65
Figura 3. Resultados de nivel de necesidad de acceso a la pareja.....	67
Figura 4. Resultados de nivel de deseos de exclusividad	69
Figura 5. Resultados de nivel de prioridad de subornación y sumisión	71
Figura 6. Resultados de nivel de deseos de control y dominio.....	73

PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, expongo ante ustedes mi investigación titulada. Dependencia emocional en estudiantes del quinto año de secundaria de una I.E. pública del distrito del cercado de lima – lima. Bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente,

MARIA DEL PILAR SILVA BERROSPI

RESUMEN

La presente investigación, sobre dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima tiene como objetivo determinar el nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.

De acuerdo con el propósito de la investigación presenta un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo con un diseño no experimental – transversal, La muestra estuvo conformada por 90 mujeres estudiantes. Esta selección se realizó con todas las personas de sexo femenino sin importar su estado civil. El instrumento que se utilizó fue el inventario de dependencia emocional (IDE), realizado por el investigador Jesús Aiquipa.

Finalmente, en cuanto a los resultados, la suma total con respecto a la presencia de dependencia emocional fue de un 50% siendo así, los niveles alto (50%) y moderado (26,1%), luego de un significativo (22,7%) y bajo (1.1%). Y los niveles que más sobresalieron fueron el nivel alto y el moderado.

Palabras claves: Dependencia, estudiantes, mujeres, ruptura a la soledad, temor.

SUMMARY

The present investigation on dependence emotional in female students of a public of cercado de Lima University you have objective to determine the level of emotional dependency in female students of a public University in the cercado of lima.

According to the purpose of the research presents a quantitative descriptive type with a non-experimental design approach - cross, The sample was conformed by 90 female students. This selection was made with everyone female regardless of their marital status. The instrument used was the inventory of emotional dependence (IDE), carried out by researcher Jesús Aiquipa.

Finally, in terms of results, the total amount with respect to the presence of emotional dependency was 50% thus, levels high (50%) and moderate (26.1%), after a significant (22.7%) and low (1.1%). And the levels that most stood out were the moderate and high leve

Key words: Dependency, students, women, rupture to loneliness, fear.

INTRODUCCION

La presente investigación aborda un tema de coyuntura social como es la dependencia emocional que está vinculado a la fuerte necesidad de la persona de sentirse amada, aceptada, protegida en las relaciones de pareja, esto se da en mayor porcentaje en mujeres; que manifiestan temor a la soledad y debido a eso aceptan el maltrato verbal o físico desde la etapa de enamoramiento.

El interés de desarrollar esta investigación es debido a que este problema se va manifestando desde la adolescencia o principio de la juventud, donde las personas inician sus primeras relaciones amorosas, es por ello que se escogió a estudiantes mujeres de una universidad. Además, el hecho de que sean personas con estudios profesionales no las hace ajenas a esta problemática. Actualmente en Perú como en otros países la relación de pareja ha descuidado aspectos fundamentales y son herramientas para poder afrontar las dificultades que se puedan atravesar en cualquier relación, más adelante se encontrará características propias de las personas que presentan dependencia emocional. Por todo lo expuesto es importante investigar sobre la realidad.

Por consiguiente, se desarrolla esta investigación y se espera que sea de interés para los demás, por eso, el objetivo determinar el nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública. Dicha investigación se desarrolla en cinco capítulos los cuales se explicará a continuación:

En el primer capítulo, se expone el planteamiento del problema, donde se hace la descripción de la realidad problemática, en base a ello se realiza la formulación del problema, objetivos, justificación a nivel teórico, práctico y metodológico.

Luego, en el segundo capítulo, se desarrolla el marco teórico conceptual, donde se hace mención a los antecedentes tanto nacionales como internacionales, luego las bases teóricas correspondientes a la variable Dependencia Emocional y su definición conceptual.

Después, en el tercer capítulo, se presenta la metodología, donde se realiza la descripción de tipo y diseño de estudio, la población, muestra, definición operacional, el instrumento, entre otros.

Posteriormente, en el cuarto capítulo, se formula el procesamiento de base de datos al programa SPSS, además de la presentación y análisis de los resultados obtenidos por cada uno de los objetivos para la obtención de conclusiones y recomendaciones.

Por último, en el quinto capítulo, se proyecta el programa de intervención con respecto a los niveles de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática.

La dependencia emocional está directamente ligada a como una persona sufre una adición hacia otra persona, en su mayoría se desarrolla esto en una relación de enamorados o parejas.

Los alumnos que cursan el quinto año de secundaria se encuentran en una etapa, de cambios que requieren la aceptación de sus pares para sentirse aceptados, valorados como parte de un grupo. Es en esta etapa donde se da la fase inicial de enamorados, donde todo se ve hermoso, se siente mucha felicidad y se pierde la objetividad de ver si es lo que realmente se busca para iniciar un camino en pareja. Es por ello que los estudiantes son más vulnerables de generar una dependencia emocional.

Internacional

Según el Heraldo en la publicación efectuada el 4 de abril de 2018 “**Un tercio de las parejas sufre dependencia emocional**”, menciona que la tercera parte de las parejas sufren de dependencia emocional generando problemas como depresión y angustia, siendo la semilla la violencia de género.

Cuando una persona sufre depresión, tiene mayores probabilidades de que esto aparezca unas 20 veces y en un 49% se desarrolla la violencia de género.

Según la (OMS 2015), las personas que presentan este tipo de dependencia; manifiestan conductas inestables, destructivas y obsesivas; esto puede conllevar a la violencia de pareja que se observa en altos índices de acuerdo a los estudios realizados en el Instituto Nacional de Salud Mental que revelan que la prevalencia anual de abusos y maltratos por parte de la pareja actual, es mayor en Lima (46.9%), Ayacucho (42.7%), Puerto Maldonado (36.7%), Abancay (36.6%) y Puno (35.8%). Considerando que el trato inadecuado que se recibe desde el enamoramiento va en aumento durante la convivencia, generando mayor violencia. En Lima y Callao, el 40 por ciento de mujeres que han sido maltratadas por su

pareja; es decir, cuatro de cada 10, dice que reiniciaría relaciones con ellos si tuviera la posibilidad de volver el tiempo atrás.

Según el (Nacional 2018) menciona que en México un tercio de las parejas tienen dependencia emocional, la escritora refiere que todo parte desde la niñez, debido a que desde muy pequeños desarrollamos el vínculo de apego, cuando esto se desarrolla de una manera insegura, la persona busca una figura que represente la protección que no ha recibido de niño, en este caso sería la pareja.

Además, Díaz Marroquín menciona que este tipo de apego genera depresión o ansiedad y en casos extremos puede provocar maltrato. Para la OMS el 35% de las mujeres en el mundo han sido víctimas de maltrato físico, psicológico, o sexual por parte de sus parejas, en América Latina al menos 30% han sufrido este tipo de maltrato.

En México jóvenes entre 15 a 24 años sufrió de violencia al menos una vez en el noviazgo. Es por ello que Díaz Marroquín manifiesta que es difícil salir de una relación de dependencia emocional, para esto se requiere apoyo de un especialista y el primer paso es aceptar que se requiere de ayuda, preguntarse si se siente bien con la persona que eliges y especialmente comprender que amar no va junto con sufrir.

Según la (prensa 2015) refiere que 7 o 8 de 10 mujeres en Nicaragua sufren de violencia familiar debido a que son dependientes emocionalmente de sus parejas, sienten que no pueden prescindir del otro, mostrando inseguridad, vulnerabilidad, buscando protección por la poca valoración que ha recibido desde la niñez en el ambiente familiar. Para Bowlby esta reacción es innata común en todos los animales sociales, que lleva al individuo a buscar la actitud protectora de alguien seguro, con mayor fuerza.

Además, se observa que existen dos polos en la dependencia emocional: La mujer dominada que requiere de afecto, con poca autoestima, buscando agradarle a la pareja y el hombre dominante posesivo, humillador, que ridiculiza a la mujer y provoca de esta manera que la mujer se aferre a él. Esta dependencia toxica se termina cuando la mujer comprende la sumisión irracional que tiene y que en vez de atraer más el cariño de la pareja surge lo contrario, provoca el desinterés y la

perdida de cariño del hombre. Por eso es importante que la mujer se valore, que merece respeto y asuma las decisiones en la conducción de su vida.

Nacional

Al igual la (INEI 2015), refiere que hay ideas que apoyan la violencia contra la mujer considerando que el 56,3% de esposo o pareja es el jefe de la casa, el que representa a la familia, la mujer en 54,7% cumple el rol de madre, esposa, ama de casa y que después realizan su proyecto personal, además el 46,2% considera que se necesita de un varón para que pongan orden y disciplina en el hogar.

Entre las características más radicales consideran que el (45, 5%) de mujeres que no atienden a su pareja merecen ser reprendidas, y el (34, 9%). Tiene la idea de que para que esto no suceda, la mujer debe ceder.

Además, entre las principales creencias que tienen se encuentra la idea de que los hombres van a cambiar con amor y paciencia y van a dejar de ser violentos (55,7%) y que son las mujeres las que visten provocativamente buscando ser acosadas (43,8%).

Además, el (MINSA 2016), registro desde enero a junio más 51 mil personas, víctimas de maltratos por sus parejas motivadas por continuar con una relación toxica debido a la fuerte dependencia emocional. De esa cifra, más del 65% son mujeres, cuyos casos se incrementan en la edad adulta hasta alcanzar el 84%. El porcentaje restante comprende a varones.

Local

Así mismo (RPP 2017), anunció que hasta junio se registró 29 feminicidios y 58 tentativas en el Perú, según cifras del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP). Pese a esta cruda realidad, muy pocas víctimas denuncian a su agresor, debido a que el agresor crea una dependencia emocional bajando la autoestima y denigrándola como persona.

Según Ayquipa, J (2015) en la revista de Psicología vol.33 no.2 Lima en el artículo de Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja;

menciona la relación que existe entre la dependencia emocional y la violencia de pareja en un establecimiento de salud para esto hizo uso de muestras divididas en dos grupos de mujeres el primero que sufría violencia y el segundo que no sufrían de violencia. Los resultados mostraron que existió relación significativa entre las variables de estudio, puesto que se encontró diferencia entre los dos grupos.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema Principal

¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima?

1.2.2 Problemas secundarios

1. ¿Cuál es el nivel de miedo a la ruptura en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima?
2. ¿Cuál es el nivel de miedo e intolerancia a la soledad en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima?
3. ¿Cuál es el nivel de prioridad de la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima?
4. ¿Cuál es el nivel de necesidad de acceso a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima?
5. ¿Cuál es el nivel de deseo de exclusividad en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima?
6. ¿Cuál es el nivel de subordinación y sumisión en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima?
7. ¿Cuál es el nivel de percepción de su autoeficacia en deseos de control y dominio en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima?

1.3 Objetivos

1.3.1 General

Determinar el nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.

1.3.2 Específicos

1. Determinar el nivel de miedo a la ruptura en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.
2. Determinar el nivel de miedo e intolerancia a la soledad en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.
3. Determinar el nivel de prioridad de la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.
4. Determinar el nivel de necesidad de acceso a la intimidad en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.
5. Determinar el nivel de deseo de exclusividad en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.
6. Determinar el nivel de subordinación y sumisión en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.
7. Determinar el nivel de deseos de control y dominio en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima.

1.4. Justificación e importancia de la investigación

La falta de valores en el hogar, junto a la inadecuada o inexistente orientación a los estudiantes universitarios, ha generado una población con una salud mental precaria. Uno de los cuadros emocionales más críticos desarrollados por esta población es el de la dependencia emocional.

Debido a que la dependencia emocional deviene en maltrato físico y psicológico que es acompañado por el descuido en el ámbito académico, laboral y familiar. El amor propio y considerando que lo más importante debe ser la

aceptación del otro hacia uno y que puede conllevar a que la persona no encuentre sentido a la vida, sentimientos de culpa, autoagresión o suicidio. Se hace indispensable estudiar este cuadro emocional en su estadio de mayor incidencia el 5to de secundaria (adolescencia), debido a que se encuentran en una etapa vulnerable, donde las emociones están a flor de piel y se presenta una predisposición a desarrollar esta escala emocional.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 Antecedentes

Que habiendo encontrado muy pocas investigaciones que guarden relación directa entre dependencia emocional y estudiantes mujeres en los 5 años de antigüedad, hemos decidido mencionar investigaciones menos antiguas de este rango.

2.1.1 Internacionales

Ante Tigasi (2017) en la ciudad de Ambato – Ecuador desarrolló una investigación titulada “Autoestima y dependencia emocional en los estudiantes de los primeros semestres de la Universidad Técnica de Cotopaxi.” Cuyo objetivo fue determinar la incidencia de la autoestima en la dependencia emocional en los estudiantes de los primeros semestres de la universidad técnica de Cotopaxi. El modelo empleado tuvo enfoque de tipo cuantitativo y cualitativo. La muestra estaba conformada por 1300 estudiantes de los primeros semestres en un rango de edad de 18 a 25 años, obteniendo como resultado de una población con dependencia emocional, que existe mayor índice de dependencia en los varones con 45,83%. A diferencia de las mujeres que presentan un 29,17% en el mismo nivel de dependencia.

Laca Arocena y Mejía Ceballos (2016) desarrollaron en la ciudad de México, cuya investigación tiene como título “Dependencia Emocional, Consciencia del presente y estilo de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja”, cuyo objetivo fue realizar un análisis descriptivo comparativo por género y otro correlacional de los factores que componen los constructos de dependencia emocional, el método empleado fue de tipo empírico, con una muestra de 200 participantes y haciendo uso de 3 cuestionarios de medición, obteniendo como resultado que los hombres manifiestan significativamente más ansiedad de separación y búsqueda de atención, y las mujeres utilizan más expresiones límite con su pareja.

Salguero Esquivel (2016) realizó una investigación en la ciudad de Loja- Guatemala, cuyo nombre es “Rasgos de dependencia emocional de las mujeres estudiantes de licenciaturas psicología clínica y psicología industrial de la universidad Rafael Landívar” cuyo objetivo fue describir los rasgos de dependencia emocional en relación al miedo a quedarse sola, autoestima y presión a tener pareja, el modelo de estudio fue de tipo descriptivo- comparativo. La muestra estuvo conformada por 123 mujeres estudiantes, Aplicando como instrumento de evaluación un cuestionario tipo Likert, obteniendo como resultado que las mujeres estudiantes de psicología clínica e industrial de dicha universidad presentan rasgos de dependencia emocional

Niño Rodríguez y Abaunza León(2015) desarrollaron en la ciudad de Medellín – Colombia, cuya investigación tiene como título “Relación entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios” cuyo objetivo fue identificar la relación entre Dependencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento, la muestra estuvo conformada por 110 estudiantes de la carrera de psicología entre 18-33 años, haciendo uso de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M), el tipo de estudio fue de enfoque descriptivo-correlacional y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), obteniendo como resultado una correlación positiva moderada entre la Dependencia Emocional y la Estrategia Reacción agresiva, y, una correlación negativa entre dependencia emocional y las estrategias solución de problemas y Reevaluación positiva

Villegas Moreno y Sánchez Osorio(2013)desarrollaron en la ciudad de Pereira cuya investigación tiene como título “Dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciante de maltrato de pareja” cuyo objetivo fue identificar las características de dependencia afectiva en un grupo de mujeres víctimas de maltrato por su pareja denunciante en la Casa de Justicia de Villa Santana, el tipo de estudio fue descriptivo y explicativo, La muestra estuvo conformada por 176 mujeres de edades comprendidas entre 17-67 años, haciendo uso de 8 evaluaciones, que componen la aplicación de entrevistas socio-demográficas y la utilización de dos cuestionarios que

miden dependencia emocional y tipo de maltrato, obteniendo como resultado una descripción y explicación de la problemática abordada.

2.1.2 Nacionales

Johnson Vargas y Silva Villanueva (2017) desarrollaron en la ciudad de Chiclayo- Perú una investigación cuyo nombre es “Dependencia emocional y características de la personalidad en estudiantes universitarios”, cuyo objetivo fue determinar la relación entre dependencia emocional y las características de la personalidad además de elaborar una propuesta de programa en estudiantes universitarios, el tipo de estudio fue cuantitativo y diseño no experimental descriptivo correlacional. Utilizando una muestra de 255 estudiantes universitarios, Utilizando el inventario de Dependencia Emocional de Ayquipa en el 2009 y el «Inventario de Personalidad Eysenck forma B– para Adultos obteniendo como resultado, que existe relación significativa ($p < 0.05$) entre la variable de Dependencia Emocional y la dimensión “E” Extroversión – Introversión. Estos resultados indican que las variables estudiadas se relacionan con un 99% de confianza, indican que mientras mayor son los factores de Dependencia Emocional mayor será la dimensión de Inestabilidad de la población.

Álvarez Delgado y Maldonado Chávez (2017), desarrollaron en la ciudad de Arequipa- Perú, la investigación cuyo nombre es “Funcionamiento familiar y dependencia emocional en estudiantes universitarios”, teniendo como objetivo fue determinar la relación entre el funcionamiento familiar y la dependencia emocional, el método de estudio fue de tipo transversal correlacional, conformado por una muestra de 493 estudiantes, utilizando los cuestionarios Funcionamiento Familiar (FF-SIL, De la Cuesta, Pérez y Louro 1994) y la Escala de Dependencia Emocional ACCA, como resultado se obtuvo que al haber mayor deficiencia en el funcionamiento familiar se asociaría con una mayor dependencia emocional.

Aiquipa (2015) en su investigación realizada en Lima - Perú en dos grupos el primero con mujeres víctimas de violencia de pareja, conformado por 25 y el segundo conformado por 26 mujeres que no fueron víctimas de

violencia de pareja, se observa las categorías de dependencia emocional según el tipo de muestra (con violencia de pareja y sin violencia de pareja). Así, el 96% de la muestra clínica de casos, obtuvo la categoría de 18 altos, mientras que, en la muestra de comparación, sólo el 19% obtiene como resultado esa categoría, en tanto que el 42% obtuvo la categoría bajo o normal. Los resultados proponen que existe relación estadísticamente significativa entre la variable dependencia emocional (variable que representa un factor de tipo individual y psicológico) y la variable violencia de pareja, puesto que se encontraron diferencias significativas entre la muestra clínica con violencia de pareja (grupo de casos) y la muestra clínica sin violencia de pareja (grupo de comparación), siendo las participantes que sufren o han sufrido violencia de pareja las que obtuvieron puntuaciones muy elevadas de dependencia emocional respecto a aquellas mujeres que no han vivido tal experiencia.

Aliaga Quispe y Travezaño Huaman (2015) desarrollaron en la ciudad de Lima – Perú, cuya investigación tiene como nombre Dependencia emocional y pensamientos automáticos en pacientes de sexo femenino con depresión en un hospital, cuyo objetivo fue determinar si existe relación significativa entre dependencia emocional y pensamiento automáticos se utilizó un diseño experimental de corte transversal, utilizando una muestra de 50 paciente, aplicando el cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño, y el inventario de pensamientos automáticos de Ruiz y Luján, obteniendo como resultado que existe relación significativa entre la dependencia emocional y los pensamientos automáticos; evidenciándose que las relaciones más significativas se dan con los pensamientos automáticos filtraje ($r=,546$; $p<,05$), falacia de cambio ($r=,583$; $p<,05$); sobre generalización ($r=,507$; $p<,05$); debería ($r=,500$; $p<,05$) y culpabilidad ($r=,459$; $p<,05$), mostrando que a mayor frecuencia de estos, existe mayor dependencia.

Vega Flores(2016) realizo una investigación cuyo nombre es “Dependencia emocional y violencia de pareja en mujeres en la adultez temprana usuarias de un establecimiento de Salud Nacional en Comas”,

cuyo objetivo fue determinar la relación que existe entre dependencia emocional y la violencia de pareja en mujeres en la adultez temprana, utilizando el método de tipo descriptivo, utilizando una muestra de 130 mujeres, correlacional para lo cual se aplicó el inventario de dependencia emocional (IDE), de lo cual se obtuvo como resultado que existe relación directa, de manera significativa y de intensidad moderada entre la dependencia emocional y la violencia de pareja.

Muñoz Díaz (2014), realizó una investigación cuyo nombre es “Estilos de socialización parental y dependencia emocional en mujeres de 16 a 17 años de edad en instituciones educativas nacionales de Lima” cuyo objetivo es determinar si existe alguna relación parental entre los estilos de socialización parental en la adolescencia (ESPA 29) , utilizando el método de tipo descriptivo correlacional. Para tal motivo se utilizó una muestra de 211 mujeres, utilizando el cuestionario de dependencia emocional (CDE), los resultados encontrados mostraron que no existe una relación significativa entre los estilos de socialización parental y la dependencia emocional.

Huamán Delgado y Mercado Torres (2018) realizaron una investigación cuyo nombre es “Dependencia emocional y clima social familiar en estudiantes de una universidad privada de Lima Este”, cuyo objetivo fue determinar si existe relación entre dependencia emocional y clima social familiar en estudiantes, El diseño de la investigación fue no experimental, conformada por una muestra de 250 estudiantes, aplicando como instrumentos el Inventario de Dependencia Emocional creado por Jesús Aiquipa y la Escala de Clima Social Familiar creado por Moos y Tricket, obteniendo como resultado, que no existe relación entre dependencia emocional y clima social familiar.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Definiciones:

Antes de abordar el tema de dependencia emocional, debemos en principio definir ciertos términos; desde tiempos muy antiguos el amor y sus características tanto positivas como negativas, han sido objeto de estudios

dentro de la historia humana por filósofos, científicos y artistas. El primer en mencionar una de la característica negativa, fue Platón (427 ac - 347 ac) quien utilizó la frase “amor posesivo” para la persona que perseguía a otra, como si fuera un objeto, que querían devorar (como se citó en Izquierdo & Gómez –Acosta, 2013). De la misma manera Immanuel Kant (1724-1804) hablaba del amor-pasión (egoísta) y lo definió como un conjunto de sensaciones de la persona que los son imposibles de controlar. (Clemente, Demonque, HansenLove & Kahn, 1997 como se citó en Izquierdo & Gómez –Acosta, 2013)

En los últimos años los investigadores están aceptando que las adicciones de las personas no solo están basadas al consumo de sustancias, sino que también existen conductas aparentemente inofensivas que pueden convertirse en un peligro debido a que pueden interferir en la vida cotidiana de la persona afectada. (Echeburúa y Corral, 2010; Griffiths, 2000)

Anicama refiere que la dependencia emocional se aprende de manera jerárquica, el autor tomando como postulado a Skinner, (1957) ,considero que a través del modelo conductual cognitivo se expresa en diferentes etapas el concepto de “ clases de respuestas” en un primer nivel con una Respuesta Específica Incondicionada u operante, y a medida que se practica con mayor frecuencia se convierte en un HÁBITO, llevándolo a un segundo nivel; cuando se presenta ya una asociación de varios hábitos dentro de un mismo contexto se convierte ya en un RASGO, pasando así a un tercer nivel, y finalmente, en el cuarto nivel estos nueve rasgos conforman la Dimensión Dependencia Emocional/ Independencia Emocional. Siguiendo así un modelo jerárquico acumulativo de organización de la Dependencia Emocional.

Según diversos autores (Castelló, 2000, 2005; Schaeffer, 1998; González-Bueso, 2011); la personas que presentan dependencia emocional requieren de la aceptación o aprobación de los demás, gustos por ser exclusiva en la relación, mostrando actitudes demandantes, eufóricas, irreales sobre la relación de pareja, además de ser subordinado de la pareja.

Bucay (2010) refiere que la palabra dependiente, deriva de “de penderé”, quien se cuelga de la otra persona, como si fuera un adorno, que no tiene base, se encuentra en el aire. Asimismo, considera a los dependientes como imbéciles afectivos; porque están constantemente deseosos que la pareja les repita que nunca los va dejar. Consideraba que muchos de estas personas eran educados para eso, tenían padres que imbecilizan a diferencia de otros que independizan.

Castelló, J. (2012), considera que la dependencia emocional es “un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas”, hasta la actualidad todavía se considera esta definición debido a que el dependiente se siente que no ha logrado satisfacer el área afectiva y vive en función a la como primera prioridad, teniendo una relación desequilibrada en el que siempre entrega más que el otro.

Para Moral y Ruiz define la dependencia emocional como: Un modelo crónico de necesidades sentimentales, afectivas de la persona que son frustradas y busca complacer a través de las relaciones interpersonales de apego patológico, presentando características como posesividad, desgaste energético, incapacidad para poder romper la relación voracidad de cariño, amor y sentimiento negativo (Como se citó en De la cruz & Luviano 2013. p.3)

Según Colín (2014) En el libro Amor, ya no tengo miedo menciona “Cuando tu no puedas estar a solas” con tu soledad es que ya tienes un problema, eres dependiente emocional”, la dependencia es considerada una enfermedad debido a que la persona no se siente bien estando sola, requiere de la compañía de la otra persona para intentar llenar el vacío, su vida se centra en la atención a la pareja, dejando de lado sus objetivos y volviéndolo una relación enfermiza entre ambos.

A partir de la creciente evidencia de estos tipos de adicciones comportamentales, en el DSM-5 (APA, 2013), se ha propuesto una nueva categoría denominada trastornos adictivos y relacionados con sustancias en el que se incluye el apartado de trastornos adictivos no relacionados con

sustancias. En la actualidad esta categoría incluye únicamente el trastorno Gambling Disorder o trastorno de juego, anteriormente llamado juego patológico (F63.0).

La dependencia emocional se ha estudiado indirectamente enmarcada o como síntoma de otros trastornos algunos profesionales defienden la existencia de una categoría diagnóstica propia (Castelló, 2005), incluyendo este tipo de trastorno dentro de la categoría de adicciones no relacionadas con sustancias (Castelló, 2000; de la Villa y Sirvent, 2009).

Diferentes autores coinciden al definir la dependencia emocional como un comportamiento adictivo en la relación de pareja, basada en comportamiento sumiso frente al sujeto del cual depende. Así como sucede en otros tipos de trastornos, la dependencia emocional se sitúa en el extremo continuo.

Se han descrito una serie de características como componentes del trastorno, que en la mayoría de los casos se han basado en conceptos teóricos u observaciones a nivel clínico.

2.2.2 Conceptos afines semejanzas y diferencias:

a. Apego ansioso:

En las investigaciones. J. Bowlby describe un tipo especial de apego infantil, en donde el niño presenta un temor ante la posible separación de la madre o cuidador de este, manifiesta sus quejas ante el alejamiento aferrándose con toda su fuerza a ella, ante la posible pérdida. El vínculo que establecen estos niños es de inseguridad, generando estados de alerta y preocupación ante la posible separación y desprotección. El autor refiere que mucho de esto se puede observar en niños que son abandonados, dejados en orfanatos.

El apego ansioso o ansiedad de separación se ha relacionado con psicopatologías adultas como la depresión o agorafobia, además de presentar posibles comportamientos violentos.

El apego ansioso guarda relación con la dependencia por los tres subcomponentes más importantes que presenta; temor a la pérdida de la figura vinculada, búsqueda de proximidad y protesta de separación.

La diferencia que presenta la dependencia emocional del primero es el enfoque excesivamente Bowlby le da gran valoración a una separación puntual o a un recuerdo de amenazas de abandono que sin duda lo tienen.

Por último se puede decir que los dependientes emocionales siempre presentan apego ansioso, pero se debe tomar en cuenta que la ansiedad de separación se puede dar por otros motivos como la indefensión o falta de capacidad para desenvolverse en la vida cotidiana.

b. Sociotropía

Desde tiempos muy remotos se ha observado que existe dos estilos cognitivos en pacientes deprimidos: el primero centrado en la dependencia emocional, la necesidad imperiosa del afecto, o el temor y la sobrevaloración del rechazo, el otro más independiente y perfeccionista, con rumiaciones sobre el fracaso y la inutilidad. Al primero se le denomina sociotropía y al segundo autonomía, considerándose después como rasgo de personalidad con predisposición a la depresión.

Los pacientes con sociotropía son fieles al castigo, le gusta lamentarse por lo que les sucede, los que sufren depresión sociotropía son fieles exponentes a presentar dependencia emocional, sin embargo, se debe tomar en cuenta que no todos los pacientes que padecen sociotropía sea por dependencia emocional,

Muchos de estos pacientes pueden presentar componentes fundamentales de necesidad muy aparte de la dependencia emocional, estos pueden ser:

c. Personalidad autodestructiva

A través del psicoanálisis se ha venido estudiando un tipo de carácter donde se busca el dolor en vez de las sensaciones agradables y alegres. También conocida como “masoquismo” debido a que la persona busca su propia autodestrucción, Actualmente este concepto es considerado como un trastorno de personalidad donde la persona muestra rechazo de ayuda o elogios, estados de ánimo disfóricos o mantener relaciones interpersonales de subordinación debido a que se empareja con personas impulsivas, agresivas y explotadoras. Debido a la personalidad que desarrollan tienen escasas habilidades sociales como la asertividad, tienden a padecer trastornos depresivos, con baja autoestima y poca motivación en sus vidas.

El componente en las personas que padecen dependencia emocional es sin duda el interpersonal, manteniendo relaciones de sumisión, con una pobre autoestima, donde se consideran que no tienen derechos, manteniendo relaciones con personas narcisistas y explotadoras. Por tal motivo podemos afirmar que a través de las investigaciones realizadas que las personas que sufren dependencia no es que le guste el dolor o deseos de autodestrucción, sino que, debido a la baja autoestima, al sentimiento de soledad y necesidad de afecto que presentan les conduce a mantener relaciones con personas maltratadoras, explotadoras y que no corresponde al sentimiento que presentan los dependientes. Esta la diferencia con la personalidad destructiva.

d. Codependencia

Este concepto surgió para explicar los trastornos emocionales que las personas dependientes mantienen con una persona que sufre trastornos relacionado al consumo de sustancias. Este tipo de personas demuestran obsesión y preocupación exagerada por la adicción generalmente de la pareja (alcoholismos y sustancias) que la propia persona que lo padece, queriendo tener un control del comportamiento del consumidor descuidándose, asimismo, aniquilándose teniendo baja autoestima, y relacionándose con parejas tóxicas y abusivas.

Los dependientes emocionales no están necesariamente relacionados con personas consumidoras o enfermas e incluso pueden encontrarse solas. Sin embargo, los dependientes pueden dedicarse y autodestruirse con la única finalidad de preservar la relación.

e. Adicción al amor

Este término se utiliza para adicciones sin sustancias, algunas investigaciones hacen referencia a la necesidad irresistible de tener pareja y estar con ella, priorizando a la pareja ante cualquier actividad, presenta preocupación al no estar constantemente con la persona que le genera la adicción.

Se puede decir que la igualdad de contenidos con la dependencia es total. Aunque no se puede afirmar la perspectiva en ambos casos y es que, en la relación interpersonal, es decir, en la existencia de una dependencia emocional, hay una adicción a la pareja.

2.2.3 Característica de la dependencia emocional

Según Ruiz & Cano (1998) las características que presentan los dependientes emocionales, es que son personas muy motivadas en complacer a otra persona para sentirse protegidos y apoyados. En la mayoría, reúnen un perfil psicológico donde son necesariamente influenciados por los demás para cumplir sus deseos y expectativas. Además, se muestra posesivo, desgasta energía intensa, junto con la incapacidad para romper ataduras en relaciones que se establezcan a su alrededor donde se muestra voracidad de cariño, de amor acompañado de sentimientos negativos (culpa, vacío, miedo al abandono). Al final se involucra en relaciones asimétricas, donde asume cumple un rol subordinado, en vista que enaltecen a sus parejas e ignoran sus defectos, aceptando como normales sus desprecios y humillaciones que sufren de su parte.

Según Gómez-Acosta e Izquierdo (2013) describen las características de las personas dependientes emocionales desde el área desde cognitiva, conductual, emocional, e interacción social, como se detalla a continuación:

a. Área cognitiva

El estilo cognitivo se basa en la sobrevaloración de la pareja, llevando como consecuencia una relación unilateral, superflua, de apariencia estable, que con el tiempo y la excesiva complacencia del dependiente que experimenta una modificación de su conducta y en reglas de comportamiento. Estas personas que sufren dependencia presentan poca valoración, no se aceptan, tienen baja autoestima, generando desprecio, rechazo, miedo a la soledad, temor a la ruptura de la relación. (Castelló, 2005). Así también, su análisis racional y lógico de las consecuencias de su comportamiento y su capacidad de anticipación se encuentra mediado por la necesidad afectiva de su pareja (Hayes, Gifford, & Hayes, 1998). Además, sobrevaloran los atributos físicos, intelectuales, sociales de su pareja, y minimiza o anula sus defectos y limitaciones; asumiendo un sistema de creencias de la pareja en la cual interioriza ideas de superioridad de su pareja, e inferioridad del dependiente (Castelló, 2005).

b. Área conductual

Los dependientes emocionales desarrollan una gama de conductas adictivas enfocándose siempre en disponer de la pareja, manifestando constantemente el deseo de hablar con la pareja, compartir sus actividades, desarrollando emociones intensas, complaciendo las actividades que realiza la pareja, buscando siempre tener el mayor contacto posible, dejando de lado su propias necesidades e intereses y si observa que su pareja intenta alejarse o romper la relación busca cualquier motivo desesperadamente para volver a la relación. ((Feeney & Collins, 2001; Castelló, 2005).

Otro comportamiento frecuente que se desarrolla es la búsqueda de la atención de la pareja que asegure la continuidad de la relación siendo el centro en la vida de la pareja, frecuentemente para lograr esta búsqueda el dependiente tiene que tener una actitud ,pasiva, sumisa o en extremo agresiva, queriendo mantener siempre la relación (Bornstein, 1993; Castelló, 2005).

c. Área emocional

Esta área se basa en identificar los estados emocionales y afectivos en sí mismo y en relación con los demás, asimismo permite relacionar las congruencias entre la situación y los parámetros topográficos (intensidad, duración, frecuencia) de estos estados, los repertorios de autorregulación y expresión emocional. (Muñoz Novoa –Gómez, 2010).

Una de las características más importantes es que la dependencia genera inestabilidad emocional, debido a que en sus relaciones presentan altas y bajas emocionales, surgen más conflictos, no regulan sus emociones, desarrollando mecanismos de evitación y escape, dificultando asimilar las causas y consecuencias del problema. Estas personas reflejan dolor, tristeza y la mayor parte del tiempo presentan un miedo irracional y desproporcionado de estar solos, presentando momentos de ansiedad, depresión, cólera y angustia ante una señal de amenaza o algún evento desagradable. El hecho de imaginarse que se va quedar solo, el dependiente genera cambios en su estado de ánimo, muestra terror ante la soledad, algo que demuestra tener a la pareja ante cualquier cosa o un apoyo social constante.

Finalmente, otra manifestación común del dependiente son la celotipia o celos obsesivos, debido al temor de perder a la pareja, generando sensaciones de inseguridad y sospecha constante sobre el comportamiento de quienes rodean a la pareja o un apoyo social constante.

Para Castelló las características se explicarían en tres aspectos:

a. Relaciones interpersonales

- Requieren ser el centro de la relación, solicitando exclusividad. Esto se puede observar en la relación de pareja, amigos o familiares, prefiriendo mantener comunicación con una sola persona que con un grupo asimismo más que cariño lo que se observa es necesidad hacia el otro, además que se muestra la semejanza con otras adicciones.
- La adicción del dependiente se convierte en lo primordial para su vida, dejando lo demás en segundo plano, incluyendo personas cercanas. Las amistades que mantiene son pocas y las conversaciones son individuales

todas enfocadas a la pareja, debido a que es su tema favorito de conversación.

- Requieren de un acceso permanente a la pareja de la que dependen sus emociones. Esto genera una ansiedad y agobio hacia sí misma, porque está constantemente llamando, enviando mensajes, donde se vuelven absorbentes y se aferran exageradamente, deseando siempre estar con la pareja ante cualquier actividad, los dependientes sienten temor ante la posible pérdida o separación de la pareja.
- Los dependientes necesitan la aceptación del resto de personas para sentir que lo que hace es correcto. Muchos de ellos según las investigaciones presentan trastornos alimenticios. Esto indica un desequilibrio emocional subyacente, el rechazo a sí mismos y el permanente deseo de agradar a los demás.
- Las personas con dependencia se ilusionan con facilidad desde el principio de una relación, esta ilusión que se genera presenta mucho engaño propio imaginando que el hecho de no ver continuamente a la pareja puede generar la ruptura de la relación o cuando sufre de agresiones por parte de la pareja y este le promete que va a cambiar y ya no la va dañar siempre le cree considerando que será cierto.
- Presentan subordinación dentro de la relación. Considerando que de esta forma se va a mantener la relación a toda costa, algo que eleva el ego en la pareja debido a que es atrayente para dominar la relación, preocupándose tan sólo por su propio bienestar. Donde el dependiente solo se dedica a complacer y elogiar todo lo que diga o haga el dominante hasta en sus momentos de cólera.
- Sobrevaloran a sus parejas y las escogen con características específicas: ególatras, seguros de sí mismos, frías, emocionalmente, etc.
- Para el narcisismo de las parejas se contrapone la baja autoestima de los dependientes emocionales, por tal motivo lo idealizan.

- Las relaciones que establecen los dependientes controlan su necesidad, mas no se sienten felices, a pesar de ello tampoco esperan serlo porque su existencia es un constante desengaño y no se quieren a sí mismos. Para mantener una relación equilibrada, saludable y gratificante para la pareja se debe tener en cuenta el componente esencial del bienestar, que es valorarse, quererse a sí mismo. Sin embargo, las personas que dependen demuestran sensación de tristeza, intranquilidad, llevan una vida tortuosa, reflejándose en la falta de respeto que la pareja les tiene, debido a que muestran un desconocimiento sobre ello. Para los demás es difícil comprender cuando se trata con este tipo de personas.
- Además, demuestran pánico ante la separación presentando trastornos mentales, en caso de que se produjera. Por cierto, una de las posibles consultas de los dependientes emocionales es el hecho de presentar una posible psicopatología (depresión mayor), tras la separación. Este sufrimiento se puede desarrollar con una persona que ha maltratado al dependiente emocional. El paciente siempre hace recordar a un toxicómano en pleno síndrome de abstinencia, siempre se observa la aceptación de la ruptura y los constantes intentos de continuar con la relación.
- Es importante mencionar que esta tormenta desaparece como por arte de magia ante la presencia de una tercera persona que cubra las necesidades afectivas del dependiente, y es frecuente que la relación termine cuando se tiene otra relación, cuando esto se establece, el centro de su vida pasa a ser la nueva pareja. Por lo contrario, entre parejas normales frente a una ruptura se guarda un periodo de que se califica como luto, periodo en el que se tiene muchas ganas de tener otra relación porque la anterior todavía ocupa un lugar privilegiado.
- Presentan un temor a la soledad, frente a su comportamiento por la separación de pareja y al apego. Esta intolerancia de no quererse encontrar solo se debe a su rechazo hacia sí mismo.

- Presentan dificultades en las relaciones interpersonales y habilidades sociales, como la falta de asertividad. El egocentrismo, propio de la patología que muestra hacia la otra persona.
- El deseo de querer ser exclusivos y la angustia que se puede reflejar hacia los amigos demostrando egoísmo. Pueden pasarse todo el día conversando de la pareja dejando de lado a los demás

b. Autoestima:

- Presentan baja autoestima y amor propio. No esperan que lo que los valoren o les brinde muestras de cariño en la relación, porque tampoco lo siente por sí mismo, además que tampoco lo han recibido de las personas más importantes o significativas a lo largo de sus vidas. El dependiente emocional presenta como uno de los rasgos distintivos la falta de estima que se tiene
- El autoconcepto es también bajo, aunque no siempre sea así en tanto puedan desarrollar habilidades durante toda su vida, en las cuales adquieran seguridad y confianza (área profesional)

c. Estado de ánimo y comorbilidad:

- Demuestran tristeza y preocupación. Con un estado de ánimo disfórico y con tendencia a las rumiaciones ante la posible ruptura de la relación en el futuro, temor, miedo a quedarse solos y que puedan hacer para contrarrestarlo. Manifiestan síntomas de ansiedad, la comorbilidad son más frecuentes, con trastornos depresivos y ansiosos además de posibles trastornos alimenticios como la anorexia y la bulimia.
- Es por ello que para sintetizar las características de la dependencia emocional deben estar presentes los siguientes indicadores:

a) Miedo e intolerancia a la soledad.

b) Historia de relaciones de pareja gravemente desequilibradas, o una única relación que por su duración ha ocupado la mayor parte de la vida adulta del sujeto.

c) Baja autoestima.

Además, Castelló menciona ciertos rasgos observables con una visión global de los problemas que puede generar la dependencia emocional, llegando a reconocer los diferentes rasgos que la componen:

a. Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa

La persona que es dependiente emocional coloca como prioridad a la pareja dejando de lado su trabajo, estudios, hijos y hasta hobbies, convirtiéndose en la sombra del otro. Se puede decir que deja de tener su vida propia para vivir en función al otro. Si la pareja dice que se sale a las 4 el dependiente corre, cambia horarios para llegar puntual a la cita, Si él le dice vamos a tomar cerveza el dependiente acepta y dice no hay problema, a pesar que no le agrade la bebida

Durante este proceso se van alejando de amigos, compañeros, familiares, teniendo menor protagonismo ellos y pasando a segundo plano.

Para un observador o alguien que ve afuera la relación consideraría que ante una ruptura/ separación de la pareja sería lo correcto; para el dependiente sería lo contrario, generaría tristeza, decaimiento a pesar de otras alegrías que se le pueda presentar.

Por último, se puede decir que un dependiente, vive enamorado del amor y que requiere tener pareja si o si para encontrarle sentido a su vida.

b. Voracidad Afectiva: *deseo de acceso constante*

Para el dependiente es importante estar en contacto permanente con la pareja, él puede decidir cómo, cuándo y a qué hora verlo, procurando pasar mayor tiempo junto al otro. Así estén dentro de casa busca compartir el mismo ambiente (dormitorio, cocina, sala, etc.) o si salen a alguna reunión de amigos, pasan toda la fiesta junto a la otra persona teniendo interacción física.

Cuando ambas parejas están separadas ya sea por motivo de trabajo, no se deja de estar en contacto con el otro debido a que el avance tecnológico permite estar comunicados y para el dependiente esto genera posibles problemas en el entorno laboral debido a que puede verse afectado en el trabajo debido a que su concentración y su rendimiento para dichas actividades no es al 100%.

Asimismo, Echeburau y Del Corral (1999) lo definen como una patología crónica y estable que se desarrolla a lo largo de la vida con diferentes síntomas como depresión, trastornos obsesivos o síndrome desadaptativos. A su vez cubas Espinoza, Galli y Terrones (2004) lo consideran como “un trastorno adictivo en la que el objeto que provoca la adicción es la relación de pareja. De esta forma la persona manifiesta comportamientos dirigidos a evitar algunos eventos en privado, valorados de forma negativa y así terminan siendo controlados por su necesidad del otro y por las ideas, pensamientos, sensaciones y emociones asociadas a estímulos específicos o contextos que anticipen una amenaza para la relación o predigan la posible pérdida del ser amado”

2.2.4 Tipos de dependencia emocional interpersonales patológicas

Dependencia emocional (DE): el modelo crónico, entre dos personas que no son adictas de demandas afectivas frustradas, que se intentan satisfacer con relaciones interpersonales de apego patológico.

Según, Sirvent (2006), citado por Aiquipa (2012), existen dos tipos de dependencia las cuales se deben dejar en claro la discrepancia entre ellos.
(p. 31)

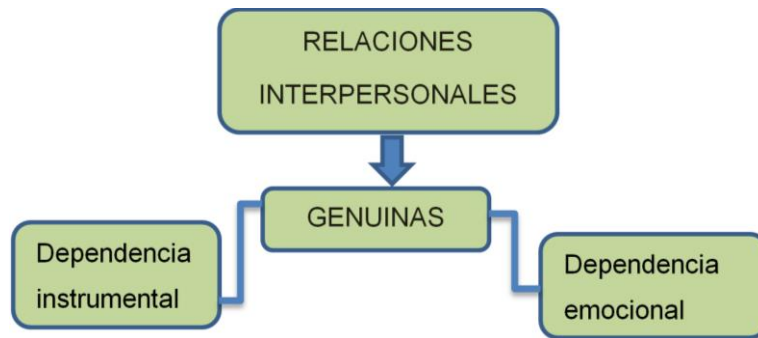


Figura 1. Tipos de dependencias interpersonales.

Fuente: Elaboración propia.

a). Dependencia Instrumental

Castelló (2005) y Cid (s.f.) hacen referencia a que el dependiente instrumental consiste en que una persona está con otra, debido a que necesita a alguien para que la cuide, proteja, ya que no sabe cómo enfrentarse al mundo, por la falta de iniciativa que presenta, así mismo no tiene la suficiente capacidad para tomar sus propias decisiones y para asumir sus responsabilidades, debido a su inseguridad por lo cual no puede conseguir su propia autonomía y debido a ello busca el apoyo de otros, quienes se vuelven importante en su vida diaria. Así también, Olivas (2015) agrega que la persona tiene un niño en su interior. Por ello, según Castelló (2005), se denomina a este tipo de dependencia instrumental como un Trastorno de la personalidad por dependencia.

b). Dependencia Emocional

Olivas (2015), explica que el dependiente emocional desde muy niño ha tenido que responder a sus responsabilidades. Así mismo Castelló (2005) manifiesta, en la persona, la dependencia emocional se inicia en la adolescencia o inicios de la edad adulta, presentando sentimiento de una necesidad grande de afecto, intenta siempre estar con alguien, ante una relación desequilibrada y posterior a una ruptura de pareja, la persona dependiente hará lo que sea con tal de recuperar su relación o de lo contrario buscará a otra persona que llene ese vacío de afecto que tiene. Así también, tiene desarrollada: autonomía, iniciativa, toma de decisiones, entre otros.

Propuesta etiológica de las dependencias afectivas

- a) Tendencia generalizada a fomentar la privacidad y un tipo de comunicación interpersonal estereotipada.
- b) Ambiente de interdependencia asociado a unas carencias básicas en la educación para la autonomía y habilidades para la vida (Moral & Sirvent, 2008).
- c) Aumento de las concesiones ante las necesidades de afecto y relacionales de los otros, a costa de una difusión de la identidad a consecuencia del intento frustrante de evitar el sentimiento fútil de desamparo y soledad.
- d) Desorden característico como la catagelofobia entendida como temor obsesivo a ser ridiculizado en público que, en buena medida, condiciona nuestros procesos interactivos en la esfera pública. Etiológicamente, se asociada a la necesidad de aprobación de los demás y nos obliga en ocasiones a mutar nuestra identidad (yo público) mimetizándola con el entorno.
- e) La presión mediática crea consumidores inmaduros y provoca trastornos debido al bloqueo de la persona ante la gran cantidad de información que reciben y que son incapaces de asimilar.
- f) Reafirmación de cambios en los parámetros descriptores de las relaciones de pareja y las artes amatorias relativos a pasión/intimidad/compromiso (Stemberg, 1989), Asimetría de roles, chantajismo emocional, intensidad de los afectos, enganches afectivos, etc.
- g) Estructura social generadora de interdependientes amparada por la proliferación de mitos arraigados en el imaginario popular y en la propia representación social de las emociones, y específicamente del amor.

De acuerdo a las bases etiológicas planteadas, se elige relaciones de pareja e interpersonales donde se busca la aprobación , convirtiéndose en ocasiones en un vínculo de unión indeleble en tiempos de apasionamientos

fingidos, superficialidad e intercambios frustrantes como los actuales tanto en la esfera pública, como en el ámbito íntimo (Moral & Sirvent, 2008).

2.2.5 Causas de la dependencia emocional.

Castelló (2005) expuso las causas de la dependencia emocional que se determinan a continuación:

- Se es parte de una relación afectiva sin equilibrio emocional y varias carencias.
- Generalmente se es parte de relaciones tormentosas continuas, durante las últimas relaciones sentimentales.
- Sobresalto de invalidez y poca proyección en la vida.
- Características como; ánimo bajo y quejas constantes, que se basan en el miedo al abandono y a la poca existencia de un futuro en una relación.
- Presente síntomas de ansiedad.
- La existencia de uno o dos cuadros clínicos, por ejemplo anorexia y bulimia, a su vez depresión y ansiedad.
- Además la presencia de Autoestima baja.

Por consiguiente las posibles causas de la dependencia emocional son extensas y complejas entre los principales factores que se puede considerar son la carencia afectiva temprana y el mantenimiento de la vinculación emocional a las personas que han resultado insatisfactoria, son los responsables del origen de los dependientes emocionales.

2.2.6 Teorías

a) Teoría del apego de Bowlby

Los primeros aportes teóricos sobre la dependencia afectiva fueron realizados por Bowlby en 1973. dicho autor refiere que el apego debe ser comprendido como el vínculo emocional que establece el niño con sus cuidadores o figuras de apego, el cual les proporciona la seguridad emocional necesaria para desarrollar adecuadamente su personalidad.

La teoría de apego permitió explicar el origen de la dependencia afectiva, posteriormente se abre una serie de estudios donde se desarrolla los principios del apego a la edad adulta.

Bowlby considera que todo aquel que permita al sujeto conseguir una cercanía o mantener una proximidad con otra persona diferente y en especial más fuerte, y/o sabia, propio de la persona, que motiva la búsqueda de la proximidad entre niño y padres o cuidadores

Por tal motivo las experiencias del niño con su cuidador juegan un rol muy importante en el niño para establecer sus posteriores vínculos afectivos y que la función principal del cuidador seria brindarle una base segura, animándolo a ser autónomo, explorador, y sentirse que tiene la protección necesaria cuando lo necesite.

La interacción entre niño y cuidador podrá dar cuenta de la calidad de vínculo, identificando como modelos operantes internos, que expectativas posee el niño sobre sí mismo y los demás, haciendo posible que se anticipe, interprete y responda a las figuras de apego ya que integran una gama de experiencias pasadas y presentes en esquemas cognitivos y emocionales.

Observaron un procedimiento en un laboratorio llamado situación extraña ((Strange Situación), de interacciones madre hijo, Ainsworth, Blehar, Waters y Wall (1978) desarrollaron la primera clasificación de apego en niños y describieron tres patrones generales: seguro, inseguro evitativo y ambivalente.

A través de la situación extraña, los bebés con apego seguro presentan conductas de exploración activa, se muestran fastidiados ante la separación de su cuidador, pero muestran una actitud positiva al regreso de ellos y se consuelan fácilmente, si un bebé muestra apego inseguro manifiesta conductas de distanciamiento, no lloran al separarse del progenitor, evitan contacto cercano y se concentran más en juguetes.

Por último, los bebés con apego ambivalente reaccionan fuertemente a la separación, manifiestan ansiedad, rabia, llanto y se aferran con facilidad y no retoman la exploración.

b) Teoría del apego adulto

Los aportes de la Psicología del desarrollo, describe y explica el por qué los niños se convierten en personas emocionalmente apegadas a sus primeros cuidadores y las consecuencias emocionales que resultan de la separación. Las explicaciones de estas características tuvieron gran aporte en (1969) John Bowlby, psiquiatra y psicoanalista británico y Mary Ainsworth en (1978). La teoría elaborada por Bowlby ha contribuido a comprender la personalidad y las diferencias individuales de los adultos, ya que la división en tipos de apego en niños, desarrollada a su vez por Ainsworth en el año (1979), según la teoría e investigaciones, tendrían una correlación con variables importantes en la vida adulta, como lo son, las características de personalidad, la forma en que establecemos relaciones interpersonales, además de características en los procesos cognitivos y emocionales. (Gayó, 1999)

Las investigaciones de Bowlby se iniciaron en 1951, a través de un pedido de la OMS, para que colabore en una investigación de salud mental de los niños que no contaban con un hogar en la Europa de la post guerra. A raíz de esta experiencia, Bowlby determina que la relación del cuidador temprano es importante para la supervivencia emocional de los individuos, esta relación se conceptualizó bajo el nombre de apego, definiéndose este como un componente básico permanente de la naturaleza humana, basado en un vínculo que une a un individuo, ya sea niño o adulto, con otro individuo,

considerado importantes y sobreprotegidos en comparación con las personas que le rodean

Estilos de apego

La relación que establece el cuidador con el infante dentro o no de un contexto familiar, define las pautas o patrones de respuestas conductuales en este último siendo investigado mediante numerosos experimentos para establecer los estilos o tipos de apegos.

El apego seguro

Se establece a través del cuidador y sus muestras de afecto, protección disponibilidad y atención a las señales del bebé. Este tipo de apego permite desarrollar en el niño, un autoconcepto positivo, confianza en el dominio interpersonal, las personas seguras tienden a ser más cálidas, estables y con relaciones satisfactorias en el dominio de intrapersonal tienden a ser más positivas, integradas y con perspectivas coherentes de sí mismo. (Gayó, 1999).

El apego ansioso

Se genera cuando hay una separación por momentos entre cuidador y niño generando ansiedad, temor al explorar el mundo. No muestra expectativas de confianza respecto al acceso y respuesta de su cuidador, debido a la inconsistencia en las habilidades emocionales. Mostrando un deseo de intimidad y de inseguridad a la vez.

El apego evitativo

Es como las faltas constantes de atención ante las necesidades de protección y confianza que requiere el niño por parte del cuidador. Esto provoca que no desarrolle el sentimiento de confianza y protección que necesita el niño. Se sienten inseguros hacia los demás y esperan ser desplazados sobre la base de las experiencias pasadas de abandono.

Más adelante en el año 1985, Main y Cols refiere una cuarta tipología de clasificación, donde integra a niños quienes resultaron "inclasificables", ya que no se podían incluir en ninguno de los grupos antes establecidos.

El apego desorganizado /desorientado

El niño al ver volver a la madre e intentar acercarse a esté, no sabe cómo reaccionar ante la situación presentando características del modelo evitativo y ambivalente. Los niños se muestran contradictorias en sus actitudes que claramente indican una desorganización. Muchos de estos niños no miran a su cuidador cuando los sostienen del brazo y mantienen una expresión atónita

c) Teoría de Schore

La teoría de Shore (1994, citado por Rodríguez, 2013) quien resalta la importancia de las relaciones interpersonales, como por ejemplo la influencia de los padres en la modificación de las ideas en el cerebro de sus hijos. El autor desarrolla la teoría de la neuroplasticidad y muestra como el cerebro va moldeándose significativamente, movilización circuitos neuronales, por las personas de su entorno y sus relaciones interpersonales, en especial las negativas. Precisamente, una mala experiencia amorosa o familiar puede provocar una desconfiguración en nuestro sistema cerebral.

Si durante la infancia se consolida el estilo de apego se desarrolla de forma similar en la etapa adulta. El estilo adoptado tiende a establecerse y se manifiesta en las futuras relaciones interpersonales. Aunque, si se desarrolla un apego inseguro esto se verá reflejada en el incorrecto desarrollo de la corteza orbito frontal (Goleman, 2006) limitando la capacidad de regular las emociones que inquietan como: miedo, enfado, etc. Existe semejanza entre las características del niño con un apego inseguro y al del dependiente emocional, quienes buscan la proximidad con el temor de perderlo. La dependencia emocional tiene una relación con el apego ansioso, pero de manera viceversa no se produce (Castello 2005).

d) Teoría de Dependencia Relacional

Moral y Sirvent (2008) refiere que toda dependencia emocional “un comportamiento desadaptativo contingente a una interrelación afectivo dependiente”, conformados por tres componentes generales:

Adicto fílicos (que asemejan al dependiente afectivo a un adicto convencional):

- Necesidad afectiva extrema con subordinación sentimental
- Vacío emocional
- Craving o anhelo intenso de la pareja
- Síntomas de abstinencia en su ausencia
- Búsqueda de sensaciones.

Vinculares (patología de la relación)

- Apego invalidante con menoscabo de la propia autonomía
- Rol ejercido (subordinado o anti dependiente, sobre control, pseudoaltruismo, orientación rescatadora, juegos de poder)
- Estilo relacional (acomodación al status patológico)

Cognitivo-afectivos (psicopatología asociada)

- Mecanismos de negación y autoengaño.
- Sentimientos negativos (inestabilidad emocional, abandono y culpa)
- Integridad del yo (asertividad, límites débiles/rígidos, egoísmo/egotismo/egocentrismo en la interrelación).

2.2.7 Definiciones conceptuales

La dependencia emocional

En la mayoría de estudios (Bornstein, 1992; Schore, 1994; Castello, 2000; Goleman, 2006; citados por Bornstein, 2011), destacan que es un

factor importante para que se desarrolle la dependencia emocional es la sobreprotección de los padres, sin importar la cultura. Esto quiere decir que el estilo de crianza parental en especial el autoritarismo basado en la necesidad de protección, origina mayor probabilidad de dependencia hacia los demás, por consiguiente restringe su libertad no permitiéndole ser autónomo y a tomar sus propias decisiones, donde no puede construir su propia vida mediante el aprendizaje por ensayo y error siendo esto crucial en la etapa de la adolescencia.

Según estos autores coinciden en que la dependencia emocional es una necesidad afectiva extrema y continua, que las personas que la padecen se sienten obligados a satisfacerse en el ámbito de las relaciones de parejas, por conclusión, la mayor parte de su vida de estas personas gira alrededor del amor que sienten por la pareja. Sin embargo esta situación se genera en solo una de sus relaciones, instalándose como un modelo característico por la extrema necesidad afectiva en todas sus relaciones de pareja. Los dependientes emocionales, en consecuencia, solo vive por y para la relación con su pareja, que, como ya hemos expuestos, se someten, se entregan y son sumisos incondicionales con agrado. Ambas personas en la relación convendrán que en que la persona más importante de la pareja es el compañero del dependiente emocional. Lo negativo de esta situación es que va a pasos agigantados el desequilibrio, hasta que el punto del dependiente emocional será prácticamente un subordinado de la pareja. La pareja sacará ventaja y aprovechara esta situación para explotar y dominar a su antojo la relación, tanto por su propia personalidad como por la sumisión y admiración de parte del dependiente.

Miedo a la ruptura – MR

Son personas que manifiestan temor o pánico ante la sola idea de experimentar el término de su relación. Presentando negación cuando la disolución se hace realidad, haciendo constantes intentos para reanudar la relación

Miedo e Intolerancia a la soledad - MIS:

Manifiestan sentimientos desagradables desarrollados ante la ausencia momentánea o definitiva de la pareja. Con predisposición a retomar la relación o buscar un remplazo posible para evitar la soledad.

Prioridad de la pareja – PP:

Manifiesta predilección en colocar en primer lugar de importancia a la pareja sobre cualquier otro aspecto o personas.

Necesidad de acceso a la pareja – NAP

Ansias de tener presente a la pareja en todo momento, ya sea físicamente o mediante pensamientos.

Deseos de exclusividad - DEX:

Preferencia por enfocarse solamente en la pareja y aislarse paulatinamente del entorno, deseando reciprocidad de la misma conducta por parte de su pareja.

Subordinación y sumisión – SS

Sobrevalora las actitudes, conductas, pensamientos, sentimientos e intereses de la pareja, acompañada de complejos de inferioridad y desprecio hacia sí mismo.

Deseos de control y dominio – DCD

Busca activamente tener toda la atención y afecto para captar el control de la pareja, a fin de asegurar su permanencia de la relación.

CAPÍTULO III:

MÉTODOLOGIA

3.1 Tipo y Diseño de Investigación

3.1.1 Tipo

La presente investigación llevada a cabo es de tipo descriptivo, debido que va a determinar y recolectar datos sobre los diversos atributos del fenómeno que se está investigando.

Por tal motivo, Danhke (citado por Hernández, Fernández y Baptista, 2003), señala que “los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p. 117).

En definitiva, mide la información que se recoge de manera independiente o en conjunto para luego describir, analizar e interpretar sistemáticamente las cualidades del fenómeno estudiado con base en la realidad del escenario planteado.

3.1.2 Diseño

El diseño de la investigación es no experimental, puesto que se realiza sin manipular en forma deliberada ninguna variable, (Santa Palella y Feliberto Martins, 2010). El investigador no sustituye intencionalmente las variables independientes. Se observan los hechos tal y como se presentan en su contexto real y en un tiempo determinado o no, para luego analizarlos. Por lo tanto en este diseño no se construye una situación específica si no que se observa las que existen. (p.87).

3.2 Población y Muestra

3.2.1 Población

La población de estudio está conformada por 90 mujeres universitarias, del cual son estudiantes de una universidad pública de lima metropolitana.

3.2.2 Muestra

El tipo de muestreo es censal pues se seleccionó el 100% de la población, al considerarla el total de la población que conforman las estudiantes universitarias del área de capacitación de una universidad pública. En el censo la población evaluada es el total

3.3 Identificación de la variable y su operacionalización.

La variable a estudiar es dependencia emocional que tiene como objetivo general es determinar el nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima.

Tabla 1. Operacionalización de variable

VARIABLE	DIMENSIONES	PESO	Nº DE ÍTEMS	INDICADORES	NIVELES
Dependencia Emocional Rasgo disfuncional de la personalidad que consiste en la necesidad extrema de recibir aprobación y afecto de la pareja. Convirtiéndose en una necesidad crónica incluso sin tener una relación.	Miedo a la ruptura (MR)	18.37%	9	5, 9, 14, 15, 17, 22, 26, 27, 28.	Rara vez o nunca Pocas veces Regularmente Muchas veces Muy frecuente o siempre
	Temor de disolución de la pareja donde el dependiente adopta conductas para retener a la pareja.				
	Miedo e intolerancia a la soledad (MIS)	22.45%	11	4, 6, 13, 18, 19, 21, 24, 25, 29, 31, 46.	
	Sentimientos desagradables cuando no está la pareja por distanciamiento o ruptura. Conductas para mantenerse ocupada.				
	Prioridad de la pareja (PP)	16.33%	8	30, 32, 33, 35, 37, 40, 43, 45.	
	Mantener en primer lugar a la otra persona como centro de su existencia por encima de hijos, de sí mismo, amigos, etc.				
	Necesidad de acceso a la pareja (NAP)	12.24%	6	10, 11, 12, 23, 34, 48.	
	Mantener físicamente o mediante pensamientos en torno a lo que hace, siente o piensa.				
	Deseo de exclusividad (DEX)	10.20%	5	16, 36, 41, 42, 49.	
	Aislarse de manera paulatina de su entorno, se acompaña de deseo de reciprocidad de la pareja.				
	Subordinación y sumisión (SS)	10.2%	5	1, 2, 3, 7, 8.	
	Sobreestimación de conductas, pensamientos y sentimientos e intereses de la pareja, va acompañado de descuido de la misma y sentimientos de inferioridad. Toleran agresiones.				
	Deseos de control y dominio (DCD)	10.24%	5	20, 38, 39, 44, 47.	
	Búsqueda activa de afecto para captar el control de la relación de pareja para experimentar bienestar.				

3.4 Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico

La técnica de recolección de datos será la aplicación de escala y el instrumento de medición y evaluación será la Inventario de Dependencia Emocional IDE MP 106-2, desarrollada por Aiquipa Tello Jesús Joel

3.4.1 Ficha Técnica

Tabla 2. Ficha Técnica Del Instrumento de Dependencia Emocional – IDE

Nombre de la Prueba:	Inventario de Dependencia Emocional IDE MP 106-2
Autor	Aiquipa Tello Jesús Joel
Objetivo	Evaluar la dependencia emocional de una persona en el contexto de su relación de pareja.
Características	<p>El IDE está conformado por 49 reactivos y consta de siete factores, las cuales son:</p> <ol style="list-style-type: none">1) Miedo a la ruptura.2) Miedo e intolerancia a la soledad3) Prioridad de la pareja4) Necesidad de acceso a la pareja5) Deseos de exclusividad6) Subordinación y sumisión7) Deseos de control y dominio.
Calificación e instrucciones	<p>Para su calificación se otorgan de 1 a 5 puntos, así mismo, la puntuación se da directamente en relación con la con la respuesta que marcó la persona, siendo así:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Rara vez o nunca es mi caso2. Pocas veces es mi caso3. Regularmente es mi caso4. Muchas veces es mi caso5. Muy frecuente o siempre es mi caso
Administración:	Individual o colectiva
Duración:	20 a 25 minutos
Sexo:	Se evalúa a mujeres y varones

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2 Validez y confiabilidad

La validez se desarrolló en base a 3 evidencias:

Evidencias de validez de contenido:

En base a las dimensiones establecidas los cinco expertos mostraron acuerdo, por consiguiente más del 95% de los reactivos fueron considerados adecuados para medir el constructo de dependencia emocional por el 100% de jueces.

Evidencias de validez factorial.

El procedimiento permitió el análisis de los reactivos. Se utilizó el índice de adecuación de la muestra de Kaiser- Meyer-Olkin, con un valor satisfactorio de 0.96. El Test de Esfericidad de Barlett fue significativo ($X = 10969.743$; $\alpha = .000$), de la presencia de correlaciones significativas y la pertenencia de llevar a cabo el análisis factorial. Después, se extrajeron siete factores que tienen autovalores mayores que 1 que explican el 58,25% de la varianza de datos originales. La tabla presenta resúmenes estadísticos básicos de cada uno de los factores.

Evidencias de validez por diferencias de grupos contrastados.

Para este tipo de evidencia se desarrolló la última prueba a un grupo de 31 mujeres que fueron diagnosticadas como dependientes emocionales y que reciban tratamiento psicológico de tipo residencial, siendo uno de los problemas de mayor importancia. Además se aplicó a otro grupo no clínico (tomada de la muestra final). Después al desarrolló de la base de datos para este procedimiento, se compararon las medias de ambos grupos utilizando la prueba “t” de Student.

La confiabilidad se obtuvo por la aplicación del método de consistencia interna, usando los coeficientes Alfa de Crombach y “r” de Pearson corregida con la fórmula Spearman-Brown. Un segundo método que se utilizó para medir la confiabilidad del IDE, por medio de la consistencia interna fue el método de la división de mitades. El coeficiente

de correlación “r” de Pearson, corregido mediante la fórmula Spearman-Brown, fue de 0.91.

3.4.3 Elaboración de baremos

En la Tabla se muestra las medias, desviaciones estándar y normas en percentiles que se obtuvo con esta última muestra, tanto por factores como a nivel de la Escala Total. También se presentan las categorías diagnósticas.

El instrumento utilizado para la investigación contiene dentro de las escalas siete áreas específicas: 1) Miedo a la ruptura; 2) Miedo e intolerancia a la soledad; 3) Prioridad de la pareja; 4) Necesidad de acceso a la pareja; 5) Deseos de exclusividad; 6) Subordinación y sumisión; 7) Deseos de control y dominio.

Tabla 3. Baremos y categorías diagnósticas del IDE.

Baremos y Categorías Diagnósticas del IDE.									
Pc	Factor 1: Miedo a la Ruptura (MR)	Factor 2: Miedo e Intolerancia a la Soledad (MIS)	Factor 3: Prioridad de la Pareja (PP)	Factor 4: Necesidad de Acceso a la Pareja (NAP)	Factor 5: Deseos de Exclusividad (DEX)	Factor 6: Subordinación y Sumisión (SS)	Factor 7: Deseos de Control y Dominio (DCD)	ESCALA TOTAL	Categorías Diagnósticas
99	35	47	36	28	23	24	23	196	Alto (71-99)
98	32-34	43-46	33-35	27	21-22	22-23	21-22	186-195	
97	30-31	40-42	31-32	25-26	20	21	20	167-185	
96	29	39	29-30	24	19	20	19	159-166	
95	28	38	28	23	18	19	18	152-158	
90	24-27	34-37	25-27	22	17	18	17	145-151	
85	22-23	31-33	23-24	20-21	15-16	17	16	139-144	
80	21	29-30	21-22	19	14	16	-	131-138	
75	19-20	27-28	20	18	13	15	15	125-130	Moderado (51-70)
70	18	26	19	17	12	14	14	117-124	
65	17	25	18	16	-	-	13	114-116	
60	16	24	17	15	11	13	-	109-113	
55	15	23	16	14	-	-	12	106-108	Significativo (31-50)
50	14	21-22	15	13	10	12	11	102-105	
45	13	20	14	-	9	11	-	96-101	
40	12	19	-	12	-	-	10	90-95	
35	-	18	13	-	-	10	-	85-89	Bajo o Normal (1-30)
30	11	17	12	11	8	9	9	81-84	
25	-	16	-	10	7	-	-	78-80	
20	10	15	11	-	-	-	8	75-77	
15	-	14	10	9	6	8	-	71-74	
10	9	12-13	9	8	-	7	7	65-70	
5		11	8	7	5	6	6	59-64	
4				-		-	5	58	
3				-		5		55-57	
2				6				54	
1								49-53	
X	16	23	16	14	11	12	12	104	Media
DE	6	8	6	5	4	4	4	32	D. E.

Fuente. Revista IIPSI. Facultad de Psicología. UNMSM

CAPITULO IV

PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS

4.1 Procesamiento de los resultados

Cuando se recolecto la información se siguió a:

- Se empezó a tabular la información para recopilar y trasladar a la base de datos con el sistema computarizado Excel 2016 y IBM SPSS 22.
- Se definió la asignación de las frecuencias e indicadores de las incidencias de porcentajes de las referencias del instrumento de investigación.
- Se ejecutará las técnicas estadísticas de la siguiente manera:

Valor máximo y mínimo

Media aritmética

4.2 Presentación de Resultados.

Tabla 4. Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de dependencia emocional

Estadísticos	PUNTAJE TOTAL
Media	131,68
Mínimo	79
Máximo	220

El estudio realizado de 90 sujetos, sobre dependencia emocional como

Interpretación los siguientes datos:

Una media de 131,68 se categoriza como “Alto “

Un valor mínimo de 79 que se categoriza como “Bajo o normal “

Un valor máximo de 220 que se categoriza como “Alto “

Tabla 5. Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a la dependencia emocional

Estadís- ticos	F1: Miedo a la Ruptura (MR)	F2:Miedo e Intolerancia a la Soledad (MIS)	F3:Prioridad de la Pareja (PP)	F4:necesidad de Acceso a la Pareja (NAP)	F5:Deseos de Exclusividad (DEX)	F6:Subor- dinación y Sumisión (SS)	F7: Deseos de Control y Dominio (DCD)
Media	23,61	30,40	20,409	14,000	13,136	10,523	13,159
Mínimo	9	14	10,0	8,0	6,0	5,0	5,0
Máximo	41	51	36,0	24,0	24,0	18,0	24,0

En los factores que abarcan la dependencia emocional podemos observar los siguientes resultados:

En el factor de Miedo a la Ruptura se puede observar:

- Una media de 23,61 que vendría a categorizar como “ Alto “
- Un mínimo de 9 que se categoriza como muy “ Bajo o normal “
- Un máximo de 41 vendría a categorizar como “ Alto “

En el factor de Miedo e Intolerancia a la Soledad se puede observar:

- Una media de 30,40 que vendría a categorizar como “ Alto “
- Un mínimo de 14 que se categoriza como muy “ Bajo o normal “
- Un máximo de 51 que se categoriza como “ Alto “

En el factor de Prioridad de la Pareja

- Una media de 20, 409 que vendría a categorizar como “ Alto “
- Un mínimo de 10 que se categoriza como muy “ Bajo “
- Un máximo de 36 se categoriza como “ Alto”

En el factor de necesidad de Acceso a la Pareja

- Una media de 14, 000 que vendría a categorizar como “ Moderado”

- Un mínimo de 8 que se categoriza como muy “ bajo o normal”
- Un máximo de 24 se categoriza como “ Alto “

En el factor de Deseos de Exclusividad

- Una media de 13, 136 que se vendría a categorizar “ Alto“
- Un mínimo de 6,0 que se categoriza como muy “ Bajo o Normal “
- Un máximo de 24,0 que se categoriza como “ Alto“

En el Factor de Subordinación y Sumisión

- Una media de 10,523 que se categoriza como “Significativo”
- Un mínimo de 5,0 que se categoriza como “Bajo o normal”
- Un máximo de 18,0 que se categoriza como “Alto”

En el Factor de Deseos de Control y Dominio

- Una media de 13,159que se categoriza como “Moderado “
- Un mínimo de 5,0 que se categoriza como “Bajo o normal “
- Un máximo de 24,0 que se categoriza como “Alto”

Tabla 6. Nivel total de dependencia emocional

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	1,1
Significativo	20	22,7
Moderado	23	26,1
Alto	44	50,0
Total	88	100,0

Comentario:

En nivel de la dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 50,00 % correspondiente a la categoría “Alto”
- 26,1% correspondiente a la categoría” moderado”
- 22,7% correspondiente a la categoría “significativa”
- 1,14 % correspondiente a la categoría “Bajo”

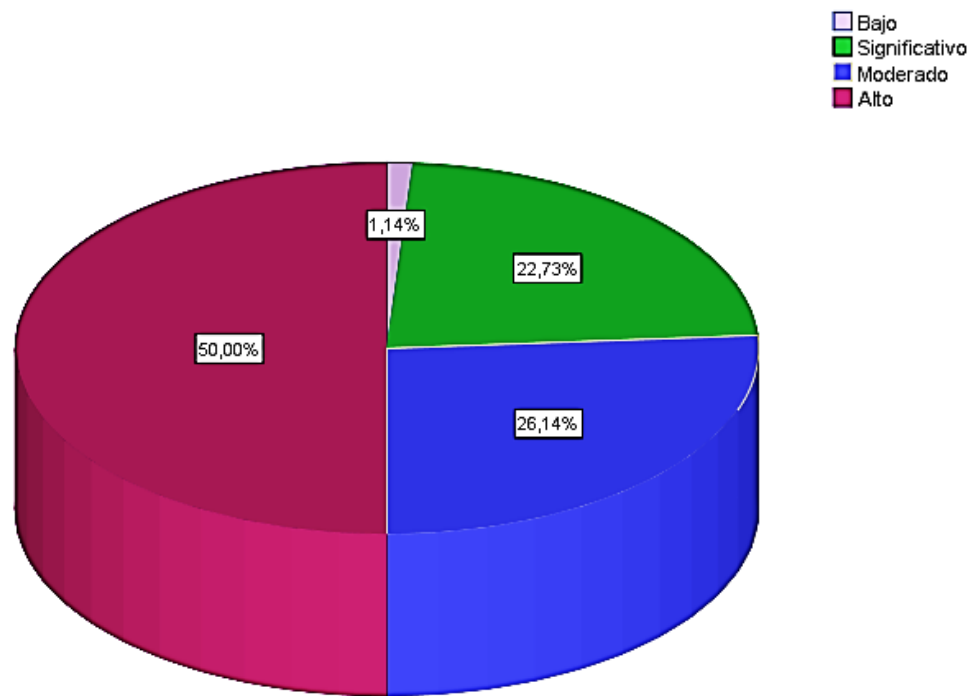


Figura 3. Resultados de dependencia emocional.

Comentario:

En nivel de la dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 50,00 % Alto
- 1,14 % Bajo

Tabla 7. Nivel de miedo a la ruptura

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	3	3,4
Significativo	7	8,0
Moderado	11	12,5
Alto	67	76,1
Total	88	100,0

Comentario:

Resultados de factor de miedo a la ruptura en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 76,1 % correspondiente a la categoría “Alto”
- 12,5% correspondiente a la categoría” moderado”
- 8,0% correspondiente a la categoría “significativa”
- 3,4 % correspondiente a la categoría “Bajo”

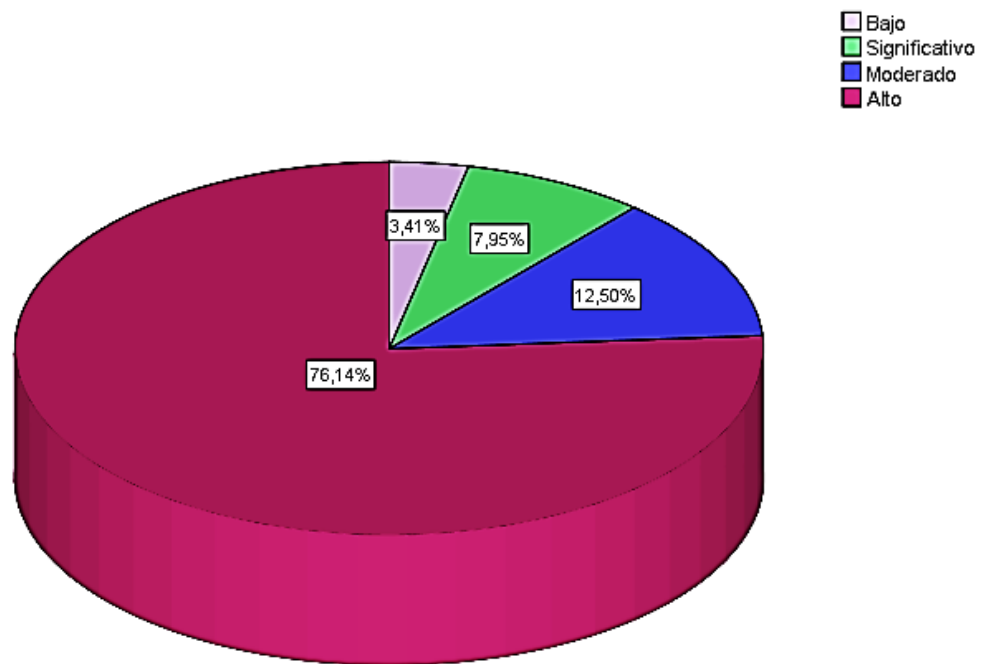


Figura 4. Resultados de factor de miedo a la ruptura

Comentario:

El nivel de miedo a la ruptura en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- • 76,14 % Alto.
- • 3,41% Bajo.

Tabla 8. Nivel de miedo e intolerancia a la soledad

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	2,3
Significativo	5	5,7
Moderado	10	11,4
Alto	71	80,7
Total	88	100,0

Comentario:

Resultados de factor de miedo e intolerancia a la soledad en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 80,7 % correspondiente a la categoría “Alto”
- 11,4% correspondiente a la categoría” moderado”
- 5,7% correspondiente a la categoría “significativa”
- 2,3 % correspondiente a la categoría “Bajo”

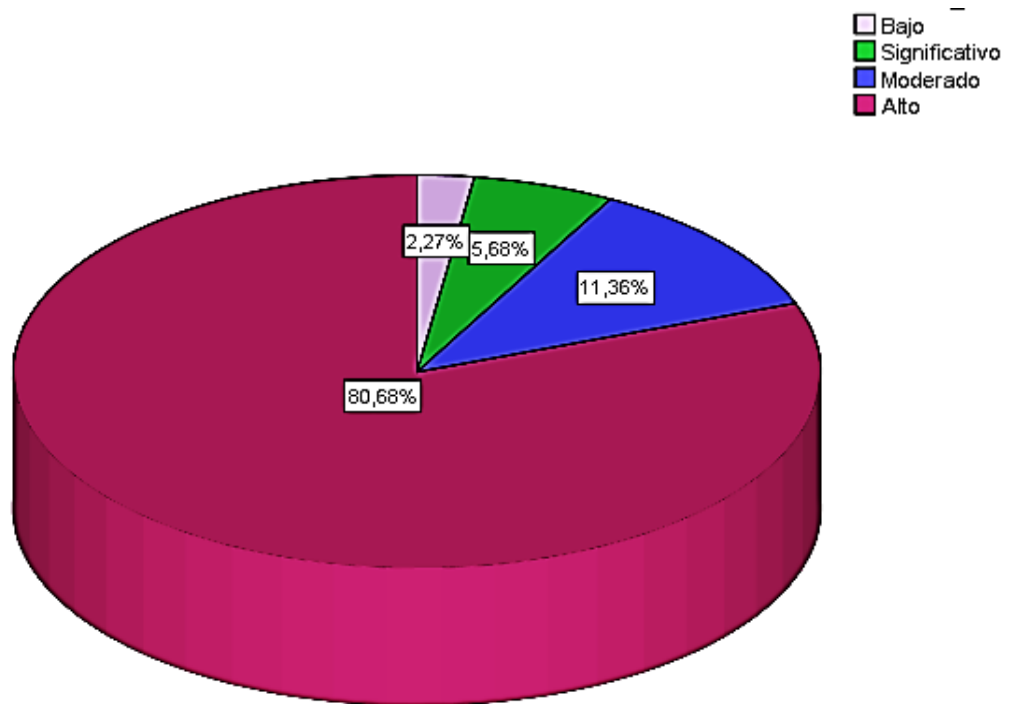


Figura 2. Resultados del factor de miedo e intolerancia a la soledad

Comentario:

El nivel de miedo e intolerancia a la soledad en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 80,68 % Alto.
- 2,27% Bajo.

Tabla 9. Nivel de prioridad a la pareja

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	5	5,7
Significativo	10	11,4
Moderado	36	40,9
Alto	37	42,0
Total	88	100,0

Comentario:

Resultados de factor de prioridad a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 42,0 % correspondiente a la categoría “Alto”
- 40,9% correspondiente a la categoría” moderado”
- 11,4% correspondiente a la categoría “significativa”
- 5,7 % correspondiente a la categoría “Bajo

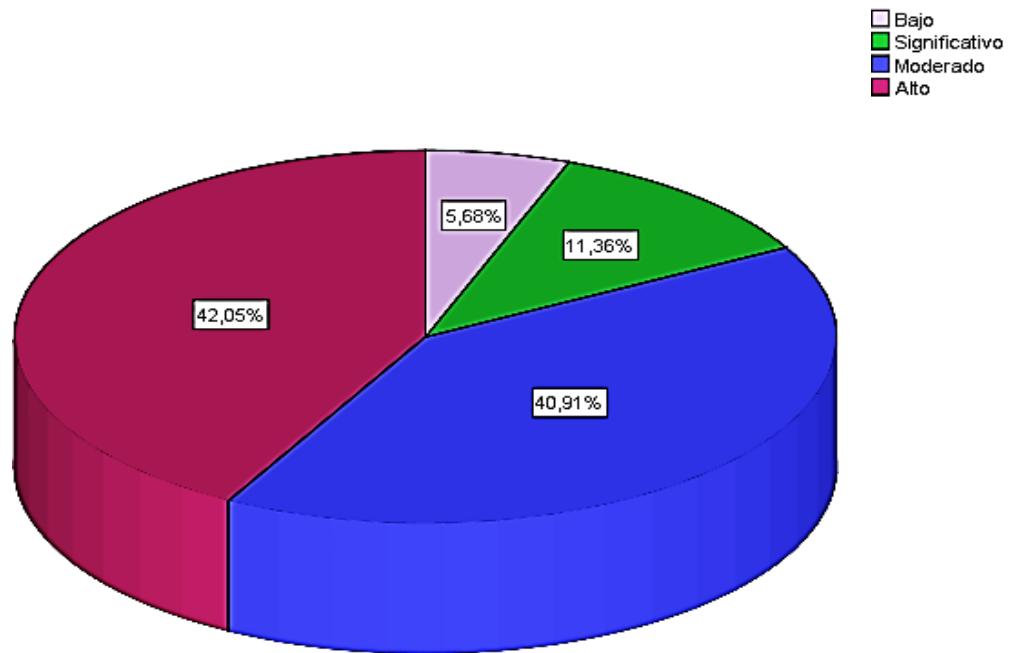


Figura 3. Resultados de prioridad de la pareja

El nivel de prioridad de la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 42,05 % Alto.
- 5,68 % Bajo.

Tabla 10. Nivel de necesidad de acceso a la pareja

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	31	35,2
Significativo	17	19,3
Moderado	19	21,6
Alto	21	23,9
Total	88	100,0

Comentario:

Resultados de factor de necesidad de acceso a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 23,9 % correspondiente a la categoría “Alto”
- 21,6% correspondiente a la categoría” moderado”
- 19,3% correspondiente a la categoría “significativa”
- 35,2 % correspondiente a la categoría “Bajo

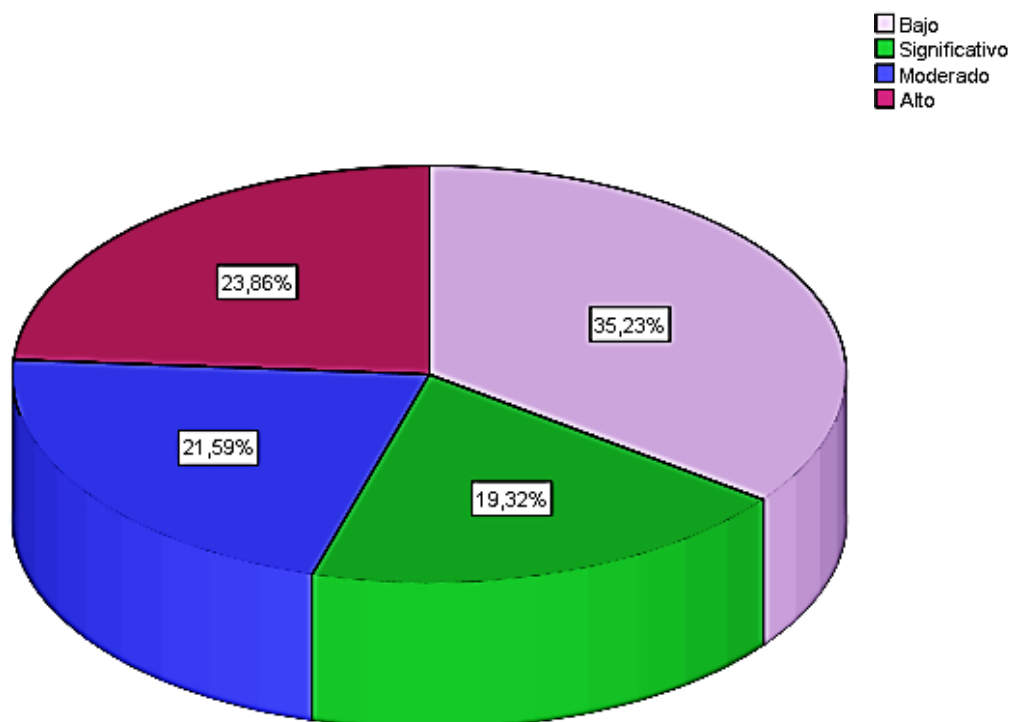


Figura 4. Resultados de nivel de necesidad de acceso a la pareja

El nivel de necesidad de acceso a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 35,23% “Bajo”.
- 19,32% “Significativo”

Tabla 11. Nivel de deseos de exclusividad

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	7	8,0
Significativo	17	19,3
Moderado	23	26,1
Alto	41	46,6
Total	88	100,0

Comentario:

Resultados de factor de deseo de exclusividad a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 46,6 % correspondiente a la categoría “Alto”
- 26,1% correspondiente a la categoría” moderado”
- 19,3% correspondiente a la categoría “significativa”
- 8,0 % correspondiente a la categoría “Bajo

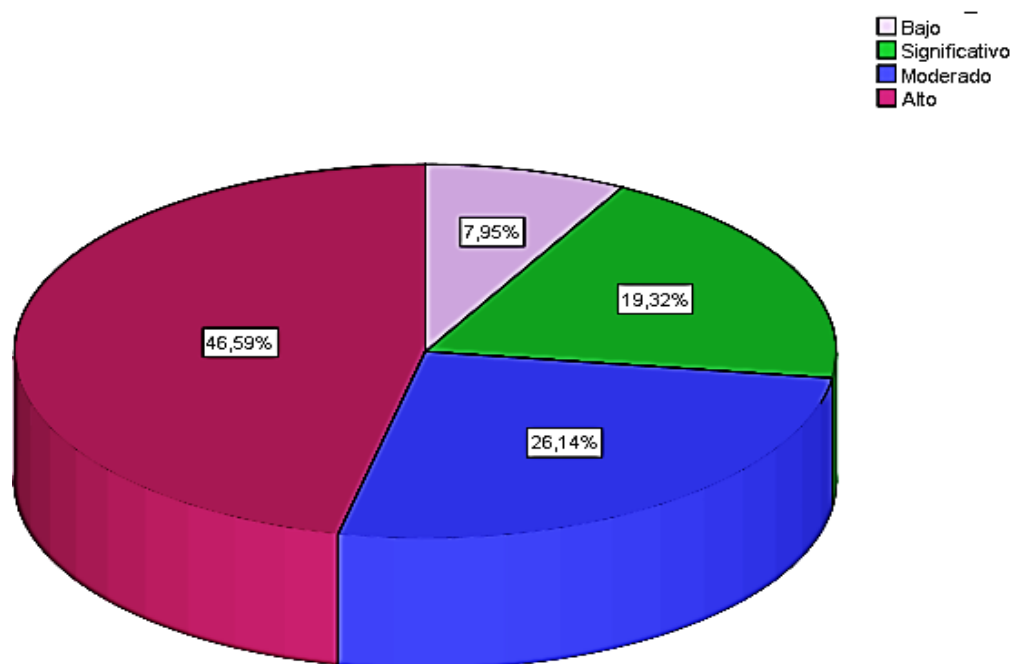


Figura 5. Resultados de nivel de deseos de exclusividad

El nivel de deseos de exclusividad en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 46,59 % Alto.
- 7,95 % Bajo.

Tabla 12. Nivel de subordinación y sumisión

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	37	42,0
Significativo	29	33,0
Moderado	13	14,8
Alto	9	10,2
Total	88	100,0

Comentario:

Resultados de factor de subordinación y sumisión a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 10,2 % correspondiente a la categoría “Alto”
- 14,8% correspondiente a la categoría “moderado”
- 33,0% correspondiente a la categoría “significativa”
- 42,0 % correspondiente a la categoría “Bajo”

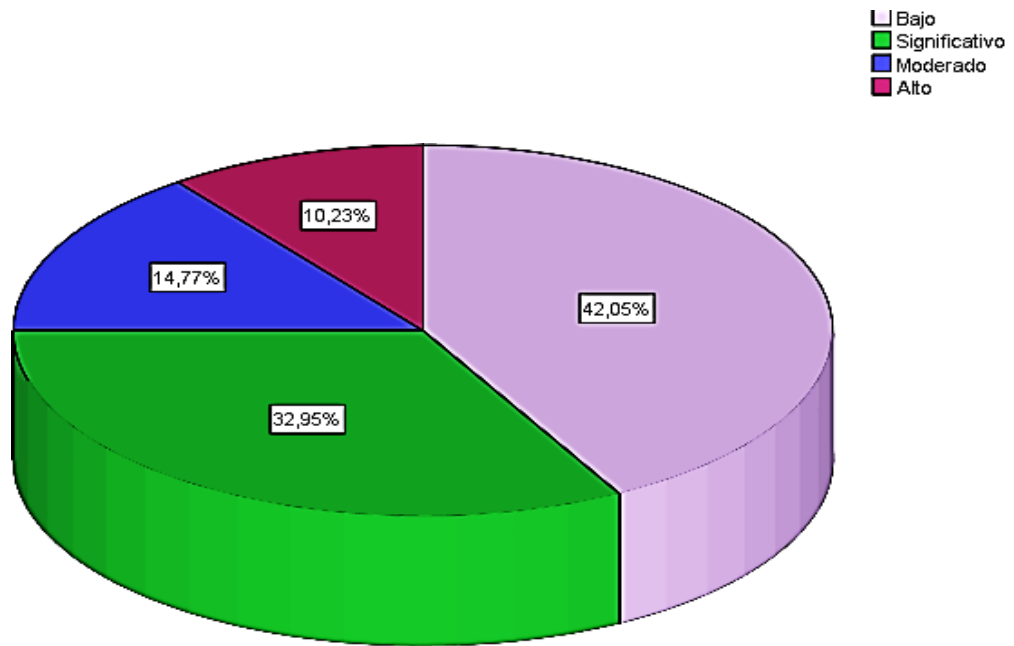


Figura 6. Resultados de nivel de prioridad de subornadición y sumisión

El nivel de prioridad de subornadición y sumisión en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 42,05 % Alto.
- 10,23 % Bajo.

Tabla 13. Nivel de deseos de control y dominio

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	17	19,3
Significativo	19	21,6
Moderado	17	19,3
Alto	35	39,8
Total	88	100,0

Comentario:

Resultados de factor de deseos de control y dominio a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima, se considera como categoría "Alta" teniendo como resultado:

- 39,8 % correspondiente a la categoría "Alto"
- 19,3% correspondiente a la categoría "moderado"
- 21,6% correspondiente a la categoría "significativa"
- 19,3 % correspondiente a la categoría "Bajo"

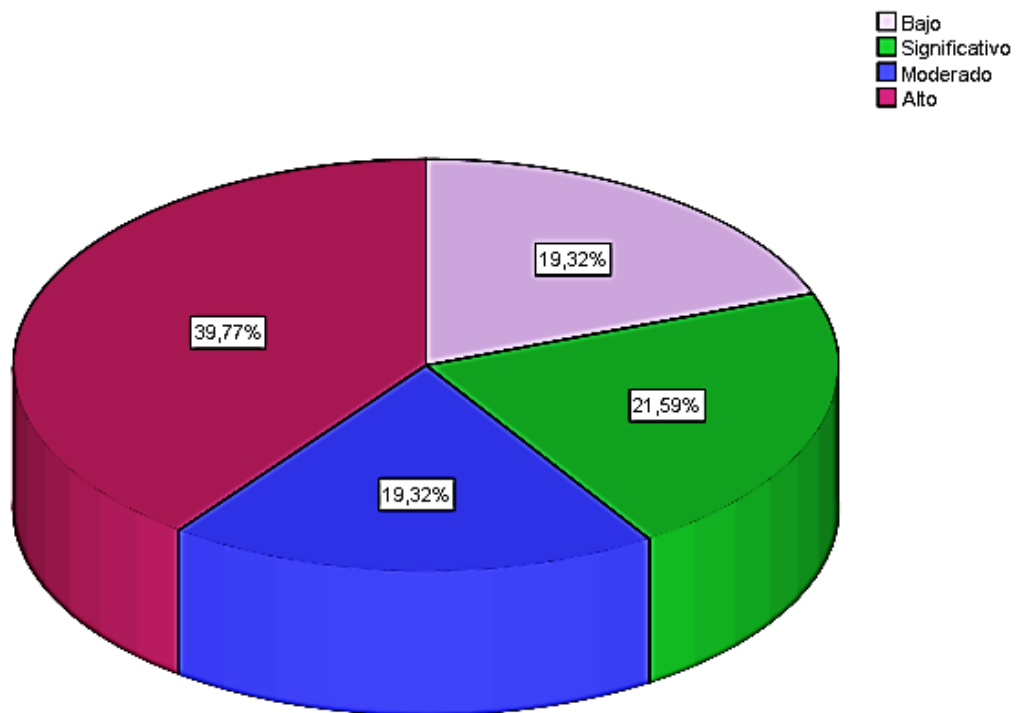


Figura 7. Resultados de nivel de deseos de control y dominio

El nivel de deseos de control y dominio en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera como categoría “Alta” teniendo como resultado:

- 39,77 % Alto.
- 19,32 % Bajo.

4.3 Análisis y discusión de los resultados.

En el presente trabajo el objetivo general era determinar el nivel de dependencia emocional de 90 mujeres estudiantes de una universidad pública del Cercado de Lima. Para lo cual se procedió a recolectar la información mediante el inventario de dependencia emocional – IDE (Jesús Aiquipa T.) por lo cual se obtuvo puntuaciones más elevadas de dependencia emocional, siendo la media de 131,68% considerado como “Alto”, esto precisa que existe una gran cantidad de estudiantes que presenta dependencia en sus relaciones considerándose desfavorable para ellas, porque se aferran a querer mantener la relación a pesar de que es toxica, lamentablemente porque en su infancia desarrollaron un apego ansioso y de inseguridad de parte de sus padre o cuidadores. Así mismo se muestra un porcentaje mínimo de 79% considerado como “Bajo”, esto se interpreta como mínimo, considerándose favorable para ellas , considerado como “ un grupo minoritario” que no presenta dependencia, mostrando conductas adecuadas y favorables en su personalidad y sus relaciones interpersonales debido a que tuvieron un vínculo afectivo seguro.

Se debe resaltar que Karen Brissette Salguero Esquivel, realizo una investigación en Guatemala de la Asunción, donde aplico la prueba para evaluar la dependencia en mujeres, obteniendo como resultado que las encuestadas presentan rasgos de dependencia emocional leve. Con respecto a los indicadores, las estudiantes encuestadas mostraron un nivel alto en la autoestima; mientras que en el indicador miedo a quedarse sola manifestaron un nivel leve y el indicador más bajo fue la presión a tener pareja. Se puede decir que influye la valoración y el apego que se desarrolla en la primera etapa de vida para mantener un nivel alto de autoestima y no tener temor ante la ruptura con la pareja

Así mismo en la investigación realizada por Karen Sartori Flores y Carlos De La Cruz Valdiviano sobre Dependencia emocional de pareja en mujeres atendidas en una clínica universitaria de Lima en el 2014 obtuvieron un 80% de personas con dependencia emocional de pareja, mostrando mayor dependencia en las mujeres solteras que en las casadas debido a la ansiedad que les produce el estar solas. Además en la investigación realizada por Arias Rodríguez, Rosario en la ciudad de Lima- Perú, haciendo uso de IDE, se evidenció que el 65% de los evaluados

presentaba dependencia emocional hacia la pareja. A diferencia de Alejos Barrera, Jennifer Carolina, quien al hacer uso de la IDE de Aiquipa en su investigación refiere, que la suma total con respecto a la presencia de dependencia emocional fue de un 47.6%, siendo así, los niveles moderado (13.3%), alto (12.2%), luego de un significativo (leve) (22.1%). Y los niveles que más sobresalieron fueron el nivel moderado y el nivel alto.

Según la teoría propuesta Jorge Castelló Blasco (2005) acerca del constructo de dependencia emocional, el dependiente presenta una frustración o una insatisfacción en su área afectiva que pretende compensar centrándose preferentemente en sus relaciones de pareja. Es por ello que menciona ciertos rasgos que la componen: Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa, Voracidad afectiva: deseo de acceso constante.

Comentario: En esta área vemos que la mayoría de mujeres estudiantes ha alcanzado un Nivel “Alto” según el inventario de dependencia emocional, ya que dentro de sus relaciones interpersonales, se establecen vínculos afectivos inseguros generando una inestabilidad emocional en cada una de ellas , es muy importante que para lograr una estabilidad emocional, desarrollar desde la infancia vínculos afectivos seguros con sus padres o cuidadores, ya que esto va permitir que no se sientas solas y temerosas, si es que no tiene una pareja al lado, por el contrario tendrían mayor confianza en sí misma.

Así mismo, veremos a continuación de manera específica los factores de la dependencia encontrados en las evaluadas.

En la tabla n°6, se describe el objetivo de determinar **el nivel de miedo a la ruptura** en mujeres estudiante, donde se muestra que el que más destaca es el nivel alto “76,1%”, esto indica que las mujeres estudiantes manifiestan demasiado temor/ pánico ante la separación de la pareja, es por ello que como sea se aferran a la pareja para no perderlos, aceptando humillaciones, desprecios, etc. Al igual, cabe resaltar que se encontraron resultados similares en la investigación realizada por Espíritu Pinedo Luis Carlos en la dimensión de miedo a la ruptura 86,3%; considerado como “alto”

Según Aiquipa considera que existe miedo a la ruptura por parte de las mujeres cunado demuestran temor; que se experimenta ante la idea de disolución de la relación, adoptándose conductas para mantener la relación. Negación cuando se hace realidad una ruptura, ejerciendo continuos intentos para reanudar la relación.

Comentario: En esta parte del nivel analizamos que las mujeres presentan un alto miedo a la ruptura presentando dificultad para aceptar el rompimiento de la relación e intentando mantener la relación a toda costa, porque no se visualizan perder a la persona con la cual existe un vínculo amoroso ya que esto le resulta intolerante.

En la tabla n°7, se determina **el nivel de miedo e intolerancia a la soledad**, observándose un 80,7% que corresponde al nivel alto, debido a que presentan también un nivel alto en este factor debido a que no pueden estar solas y requieren así sea de un tercero para satisfacer esa necesidad.

Según Aiquipa considera que el Miedo e Intolerancia a la soledad son las personas que manifiestan sentimientos desagradables experimentados ante la ausencia momentánea o definitiva de la pareja. Tendencia a retomar la relación o buscar otra lo más pronto posible para evitar la soledad.

Comentario: En este nivel se puede observar que las mujeres evaluadas presentan temor, preocupación, ansiedad o angustia excesiva ante la posibilidad de distanciarse temporalmente de la pareja, activando pensamientos de abandono y soledad.

En la tabla n°8, se determina **el nivel prioridad de la pareja en mujeres estudiantes** observamos que los resultados adquiridos nos expresan que el (42,0%) tienen un nivel alto, esto quiere decir que en ambos niveles las mujeres priorizan a la pareja ante todo y todos. Convirtiéndose en una persona sumisa, a cumplir a los deseos de la pareja dejándose maltratar, acompañada de complejos de inferioridad y desvaloración. Sin embargo, también encontramos un 3,4 considerado como bajo; esto quiere decir que pueden establecer relaciones interpersonales estables, desarrollando vínculos afectivos seguros. Así mismo, cabe resaltar que se encontraron resultados similares en la investigación realizada

por Espíritu Pinedo Luis Carlos en dicha dimensión, debido a que obtuvo un resultado “alto” (84,9%) en este nivel.

Según Aiquipa considera que la Prioridad de la pareja; son mujeres que tienen tendencia a mantener en primer lugar de importancia a la pareja sobre cualquier otro aspecto o personas.

Comentario: En los resultados se puede observar que las evaluadas presentan un alto nivel en la priorización a sus parejas, debido a presentan baja autoestima, lo cual genera que no elijan a su pareja, sino que se conformen con lo que vulgarmente decimos “lo que hay”, dando prioridad a la pareja para sentirse según ellas valoradas y comprendidas.

En la tabla n°9, se determina **el nivel de necesidad de acceso pareja** a la en mujeres estudiantes sólo se enfocan en la pareja y se aíslan paulatinamente del entorno, deseando reciprocidad de la misma conducta por parte de su pareja. Debido a que existe mayor porcentaje (35,2%) en el nivel bajo, debido a que se enfocan en terminar de realizar sus actividades y no están obsesivas llamando ,mandando mensajes o quizás no lo hacen por temor a que las parejas ya le han advertido que no desean esa actitud cuando ellos se encuentren en el trabajo o estudios, a diferencia que hay una minoría de 23,9% en el nivel alto que está generando ansiedad ya que desea tener presente a la pareja en todas las circunstancias, ya sea físicamente o mediante pensamientos. Al igual en la investigación realizada por Arias Rodríguez, Rosario el resultado más representativo se observó en esta dimensión con (76%).

Según Aiquipa considera que la Necesidad de acceso a la pareja Son mujeres que presentan deseos de tener presente a la pareja en todo momento, ya sea físicamente o mediante pensamientos.

Comentario: En este nivel se muestra bajo interés por parte de las estudiantes evaluadas en tener acceso a la pareja y no desear atosigar o perseguir a la pareja para saber lo que hacen a cada momento, más por el contrario es permitir que el otro haga con ellas lo que desee según su parecer, sin importar la voluntad de la pareja y estar constantemente controlándolas.

En la tabla n°10, se determina el **nivel deseo de exclusividad** donde el mayor porcentaje se observa en el nivel alto con un 46,6% en mujeres estudiantes, enfocándose sólo en la pareja y se aíslan paulatinamente del entorno, deseando reciprocidad de la misma conducta por parte de su pareja. Así mismo, cabe resaltar que se encontraron resultados similares en la investigación realizada por Espíritu Pinedo Luis Carlos presentando dicha dimensión con (74%)

Según Aiquipa considera que en el nivel de los deseos de exclusividad; son mujeres que muestran tendencia a enfocarse en la pareja y aislarse paulatinamente del entorno, acompañada deseos de reciprocidad de esta conducta por la pareja.

Comentario: En este facto se observa un nivel alto del deseo de exclusividad que desean las evaluadas por parte de su pareja, se sienten incapaces de sobrevivir sin el cuidado de la pareja, o el de alguna persona que esté a cargo de satisfacer sus necesidades, requiriendo siempre tener toda la atención de la pareja.

En la tabla n°11, se determina en nivel **subordinación y sumisión** muestran más niveles bajo (**42,0%**), en sus actitudes o complejos de inferioridad, por el contrario, se creen merecedoras de tener a esa pareja y luchar con todo para que se quede con ellas. Muchas veces aceptando cosas que van en contra de ellas mismas y existe una minoría de un 10,2% que acepta y se somete como algo normal ante la pareja, porque no se considera valiosa. Así mismo, cabe resaltar que se encontraron resultados similares en la investigación realizada por Espíritu Pinedo Luis Carlos en esta dimensión con 80,9%. A diferencia, en la investigación realizada por Inoñan y menor (2014) encontraron un nivel Alto de 15.04%.

Según Aiquipa considera que la subordinación y sumisión es considerado como la sobreestimación de las conductas, pensamientos, sentimientos e intereses de la pareja, acompañada sentimientos de inferioridad y desprecio hacia uno mismo.

Comentario: En los resultados se puede observar que las evaluadas en este factor consiguieron un nivel bajo en sus respuestas, donde se les ve que las actitudes que demuestran con la pareja lo consideran normal, no creyéndose

inferiores a ellos , sino por el contrario , merecedoras de tener a esa persona como pareja.

En la tabla n°12, se determina el nivel **deseos de control y dominio** mostrando niveles altos con un 39,8%, lo cual permite comprender que se encuentran en la búsqueda intensa de afecto y ser la atención central de la pareja, asegurándose de que no la deje, y un 19,3% que presenta un nivel bajo de querer mantener la atención de la pareja.

Según Aiquipa considera que los deseos de control y dominio es la búsqueda activa de atención y afecto para captar el control de la relación de pareja, a fin de asegurar su permanencia.

Comentario: en este factor las evaluadas demostraron tener un alto nivel de deseos de control y dominio de la pareja buscando la atención e interés de la pareja para asegurar la continuidad de la relación.

4.4 Conclusiones

- El nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera nivel “alto”.
- El nivel de miedo a la ruptura en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera nivel “alto”.
- El nivel de miedo e intolerancia a la soledad en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera nivel “alto”.
- El nivel de prioridad a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera nivel “alto”.
- El nivel de necesidad de acceso a la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera el nivel “alto”.
- El nivel de deseo de exclusividad en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera el nivel “más alto”.
- El nivel de subordinación y sumisión en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera el nivel “bajo”.
- El nivel de deseo de control y dominio en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima, se considera el nivel “alto”.

4.5 Recomendaciones

- Brindar información sobre dependencia emocional por medio de charlas, talleres, facilitando materiales (mosquitos y trípticos) para que logren conocer más sobre el tema y así poder concientizar y evitar que las personas lleguen a tener dependencia emocional hacia una pareja, familiar o amigos.
- Favorecer los procesos educativos en las mujeres, ya que son parte de una mejor experiencia de sí misma y generan alta autoestima y confianza.
- Sería favorable asesoría psicológica a través de un departamento psicológico a las estudiantes durante el proceso educativo para que eviten excusas de recibir una intervención o tratamiento oportuno

ESTA MUY BIEN...

CAPÍTULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

5.1 Denominación del programa

Taller “Amor o adicción”

5.2 Justificación del programa

Dentro del grupo de mujeres evaluadas se encontró que la mayoría de ellas presentan dependencia emocional debido a que se obtuvo resultados altos en 5 de los 7 niveles evaluados; como son; miedo e intolerancia a la soledad con un porcentaje de 80,7%, el nivel de miedo a la ruptura con una puntuación de 76,14%, nivel de deseos de exclusividad con 46,6%, nivel de prioridad a la pareja con 42,0% y por último el nivel de deseo de control y dominio con un 39,8%. Caracterizándose esta dependencia por querer continuar con su relación de pareja a pesar del malestar que les genera. Requieren de la aprobación de la pareja para sentirse aceptadas porque sienten miedo a quedarse solas y muestran tristeza, se enfocan en cómo hacer para mantener la relación, dejando de lado sus intereses personales (estudios y demás responsabilidades) enfocándose en sobrevalorar su relación y sólo irradian una alegría pasajera o se encuentran deseosas de avanzar sus proyectos si se encuentran dentro de una relación, en caso contrario pierden la motivación a todo y viven en una burbuja pensando en cómo continuar con la relación. Es por ello que elaboramos el tratamiento de intervención aplicando la técnica cognitivo - conductual

5.3 Establecimiento de objetivos

Objetivo general

Elaborar un programa para reducir miedo e intolerancia a la soledad, el nivel de miedo a la ruptura, nivel de deseos de exclusividad, nivel de prioridad a la pareja y el nivel de deseo de control y dominio en las mujeres estudiantes de una universidad pública.

Objetivos específicos

- 1.-Enseñar a reconocer las características y causas que presentan las personas con dependencia emocional en general.
- 2.- Enseñar a reconocer el miedo e intolerancia a la soledad para fortalecer su seguridad
- 3.- Dar estrategias para reducir los pensamientos distorsionados ante la ruptura de la relación
- 4.-Fortalecer la autoestima para perder el miedo a la ruptura.
- 5.-Brindar estrategias para reducir el deseo de exclusividad en la relación.

5.4 Sector al que se dirige

Sector educativo:

Dirigido a los estudiantes mujeres de una Universidad Pública, quienes obtuvieron mayores niveles de dependencia emocional. Por otro lado, las demás alumnas que también deseen participar serán bienvenidos.

5.5 Establecimiento de conductas problemas /conductas metas

En base a la investigación realizada se ha encontrado que las estudiantes con dependencia emocional suelen tener algunas conductas poco favorables.

-Miedo e intolerancia a la soledad

-Miedo a la ruptura

-Deseos de exclusividad

-Prioridad a la pareja

-Deseo de control y dominio

5.6 Metodología de la intervención

En la intervención se desarrollará una metodología aplicada, dinámica, psico-informativa aplicando la técnica de la terapia cognitiva, Según Beck en la investigación realizada de tratamiento cognitivo- conductual, considera que mediante este tipo de intervención se puede corregir la dependencia.

Los alumnos trabajarán en grupos, parejas, individuales, se les proporcionará material informativo. Así también, se llevará a cabo en 8 sesiones, cada sesión estará conformada por 3 grupos de 30 alumnas cada uno de éstas. Se proponen 8 sesiones de 1 hora cada sesión. Desarrollándose durante 4 semanas los días lunes y miércoles.

5.7 Instrumentos / materiales a utilizar

Se contará con un aula, solapines, cubo de emociones, hojas de colores, cinta masking tape, plumones, globos, proyector, pizarra acrílica, hojas bond, cartulina, lápices o lapiceros, borradores, pelota pequeña, sillas, mesas, pegamento, periódico revistas, colores.

5.8 Cronograma de actividades

Semana/ sesión	Actividad	Objetivo	Estrategias	Desarrollo	Material	Tiempo
Sem: 1 Sesión : 1	Presentación del taller amor o adicción	Presentar el programa motivando a las participantes a aceptar su dependencia para que asistan a las demás sesiones de intervención en dependencia.	-Dinámica: Expresando la emoción - lluvia de ideas - Exposición	<p>Inicio</p> <p>Se presentará el taller y la persona que lo organiza, colocándole los solapines.</p> <p>Se motivará con una pequeña dinámica para romper el hielo y las participantes entren en confianza, donde cada una de ellas lanzará el cubo que tiene diferentes caritas de emociones, imitando la expresión de la caja, mencionando sus datos y que cosas le generan esa emoción en la relación con sus parejas.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Se les brindará papelógrafos para que en grupo de 3 escriban en que consiste tener una relación de pareja.</p> <p>Al finalizar una integrante de cada grupo leerá lo que ha</p>	Solapines. Cubo Plumones Papelografos Proyector Power point.	45min

				<p>escrito, luego se les brindará la explicación referente a lo expuesto. Mencionando el desarrollo de las demás de las sesiones</p> <p>Cierre:</p> <p>¿Se les preguntará que les pareció?</p> <p>¿Qué han aprendido el día de hoy?,</p> <p>¿Qué creen que se podría integrar? Y hacerles comprender que son personas que desean sobresalir de la situación en que se encuentran desde el momento de asistir al taller y motivándolas participar en las siguientes sesiones.</p>		
Criterio de evaluación se cumplió el objetivo.						

Semana/ sesión	Actividad	Objetivo	Estrategias	Desarrollo	Material	Tiempo
Sem: 1 Sesión : 2	¿Soy dependiente?	Reconocer las causas que llevan a la dependencia emocional	Dinámica de grupo: -Dramatización -Lluvia de ideas -exposición - Autoevaluación	Inicio: Se les contará del 1al 5 para que se agrupen y se les dará un sobre con un tema para representar: <ul style="list-style-type: none"> - Mi pareja tiene otra, pero yo no quiero terminar la relación - Mi pareja me humilla, pero lo amo - Mi pareja tiene la razón yo estoy muy gorda y nadie me va querer. - Es muy guapo, no lo puedo dejar, lo amo y es el padre de mis hijos. - Lo llamaré, me angustia hace 1 hora que no se comunica conmigo, después que me ha dicho que no desea saber nada de mí. 	Sobre Plumones Hojas de colores Vestimentas Power point Proyector	45min

				<p>Desarrollo:</p> <p>¿Qué se observó en la dramatización?, ¿Qué características presentaban las mujeres? ¿Se sentían seguras? ¿Qué emociones y sentimientos manifestaban las mujeres al lado de sus parejas, cuando no lo tenían al lado?, considerando lo observado se realizará la explicación sobre las características y causas de la dependencia emocional.</p> <p>Cierre:</p> <p>¿Se les preguntará que les pareció representar la dramatización, como se sienten con lo aprendido el día de hoy?, ¿Consideran que vale la pena interrumpir sus actividades, sus sueños en una relación que no les ayuda?, Dialogar con ellas manifestándoles que son personas importantes y</p>		
--	--	--	--	---	--	--

				que aprender en este taller las características y causas de D.E ayuda a realizarse un autoanálisis sobre sus propias características. Invitándolas a que la próxima sesión traigan escrito en una hoja las características que creen que las hace dependientes.		
Criterio de evaluación se cumplió el objetivo.						

Semana/ sesión	Actividad	Objetivo	Estrategias	Desarrollo	Material	Tiempo
Sem: 2 Sesión : 3	Ya dijiste adiós ahora cómo te olvido	Enfrentar el temor a la separación en la relación	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación con diapositivas - Participación individual - Participación grupal. - Lluvia de ideas 	<p>Inicio:</p> <p>Leen la tarea dejada anteriormente, reconociendo las causas que le llevaron a tener una relación de dependencia con sus parejas. Reforzando cuales son las causas de la dependencia a través de un video ¡NI UNA MENOS!</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Explicar lo que se observó en el video, que sucedía cuando Micaela, la protagonista no aceptaba la ruptura de la relación, ¿Se sentía feliz así se quedara con la pareja?, ¿Podía continuar con su vida social o se alejaba de todos?</p> <p>Aceptar que decir Adiós, no es que se acaba el mundo es un tiempo para considerar que cosas positivas y negativas había dentro de sus relaciones y que actitudes no volver a repetir.</p>	Solapines. Cubo Plumones Papelografos Proyector Power point.	45min

				<p>Aportaran a través de una lluvia de ideas, porque no deberían continuar una relación toxica, mencionando los defectos que encontraron en sus parejas y que vivirían en angustia y tensión.</p> <p>Cierre:</p> <p>¿Se les preguntará que les pareció el tema tratado?, ¿Cómo se sintieron con lo aprendido?, reflexionando para que se enfoquen más en sus habilidades y potenciales que tienen.</p>		
Criterio de evaluación se cumplió el objetivo.						

Semana/ sesión	Actividad	Objetivo	Estrategias	Desarrollo	Material	Tiempo
Sem: 2 Sesión : 4	Superando el miedo a la soledad y el de abstinencia.	Reconoce los estímulos que generan el temor a la soledad.	-Cuadros -Explicación - Trabajo individual - Trabajo grupal	<p>Inicio:</p> <p>Escribiremos en un papelografo “Estímulos tormentosos”</p> <p>Se identificarán con el paciente aquellos estímulos cotidianos (tanto internos como ambientales) que provoquen malestar característico del miedo a la soledad tras la ruptura de la relación en la dependencia emocional, que se manifiestan en forma de llamadas a la expareja, mensajes, ruegos para volver a retomar la relación, provocar “encuentros casuales” con la expareja, espiar por medio de las redes sociales, etc.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Una vez identificados los estímulos antecedentes, escribimos algunas medidas, explicándoles cada una de ellas porque</p> <p>Estás pueden ser:</p>	<p>Papelografo</p> <p>Plumones</p> <p>Power point</p> <p>Proyector</p>	45min

				<ul style="list-style-type: none"> - Dejar el teléfono móvil en manos de algún familiar cercano para evitar la tentación de llamar o escribir mensajes. - Eliminar la conexión a internet en casa, para evitar el espionaje en las redes sociales. Si el paciente lo necesita para estudiar o trabajar, se establecerán con él unas normas de uso: usará internet en casa de algún familiar, de forma vigilada, etc. - Eliminación de objetos en el hogar que puedan evocar recuerdos sobre la expareja (fotografías, ropa de la expareja, regalos que le hubiese hecho en el pasado, etc.) - Si ciertos lugares están asociados al recuerdo de la expareja, se buscarán caminos alternativos con el objetivo de no pasar directamente por ellos. <p>Cierre:</p> <p>Se les solicita a las participantes que se echen y cierren sus ojos proponiendo la práctica de</p>		
--	--	--	--	---	--	--

				relajación, que respiren y visualicen algo hermoso, en un lugar que les produzca la paz y tranquilidad. Y se les solicita que lo practiquen en casa.		
Criterio de evaluación se cumplió el objetivo.						

Semana/ sesión	Actividad	Objetivo	Estrategias	Desarrollo	Material	Tiempo
Sem: 3 Sesión : 5	"Me duele teníamos tantos sueños"	reducir los pensamientos distorsionados frente a la separación	- Autoregistro -Explicación	<p>Inicio:</p> <p>Se les preguntará a las participantes que pensamientos negativos tenían después de la última sesión que habían tenido.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Se escribirá los pensamientos en una ficha de autoregistro de pensamientos automáticos</p> <p>(A): la situación que se presentó</p> <p>(B): Pensamientos automáticos negativos</p> <p>(C): La intensidad de sus emociones del 1 al 10</p> <p>(D): Debate</p> <p>(E): Pensamiento alternativo</p> <p>A partir de lo que han registrado las pacientes se abordará los pensamientos negativos mediante el uso de la interrogación socrática, con el objetivo de que el paciente llegue a la respuesta oportuna. Cómo, por ejemplo, ¿Qué evidencias, pruebas hay de ese pensamiento es cierto?, ¿Qué pensarías si un familiar o tuyo pensase así?</p>	-Hojas -Lápices -Power point	45min

				Cierre: Como tarea para casa se pedirá que se realice el autoregistro y agregando el pensamiento alternativo en base al pensamiento socrático.		
Criterio de evaluación se cumplió el objetivo.						

Semana/ sesión	Actividad	Objetivo	Estrategias	Desarrollo	Material	Tiempo
Sem: 3 Sesión : 6	Querido ex te amé, pero ahora me amo más yo	Fortalecer la autoestima para perder el miedo a la ruptura	-Dinámica "Preguntas abiertas" -Explicación	<p>Inicio:</p> <p>En el aula se les entrega un sobre con tarjetas que tienen algunas oraciones a las participantes para reflexionar acerca de ellas:</p> <p>"Si una mujer es golpeada por su esposo, ella debe soportarlo porque vive con él", "Si a una mujer le pega su esposo, debe guardar silencio y no denunciarlo", "Si a una mujer le pega su esposo, debe aguantarlo por sus hijos", "A tu hermana o compañera de estudios pueden gritarle o golpearla porque es mujer"</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Se comenzará explicando que es la autoestima y como esta afecta a nuestra salud. Explicándoles que es normal después de su situación vivida de dependencia emocional y se hayan aislado de su entorno, que no tengan una autoestima muy elevada, creyendo que no sean muy importantes, pero que esta situación puede cambiar. Se les dará un cuadro con las diferencias entre autoestima alta y autoestima baja.</p>	<p>-Tarjeta de colores</p> <p>-Lápices</p> <p>- Plumones</p> <p>-Power point</p>	45min

				<p>Se les preguntará ¿conocen sus derechos?, consideran que deben dejar sus intereses para satisfacer a la pareja?, ¿Cómo podríamos superar los deseos de exclusividad de la pareja en la relación?</p> <p>Se explica a las participantes que todos tenemos unos derechos legítimos, pero que a veces creemos que no los tenemos y aceptamos alejarnos de nuestros seres queridos o amigos por considerar como exclusividad a la pareja. Se les pasará un listado con estos derechos para que los conozcan y se debatirán en grupo con la participación de todas para conocer qué derechos creen tener y cuales no y poder así cambiar estas creencias</p> <p>Cierre:</p> <p>Se les preguntará que les pareció la sesión del día de hoy, ¿Qué han aprendido en la sesión?, tarea para la casa,</p>		
Criterio de evaluación se cumplió el objetivo.						

Semana/ sesión	Actividad	Objetivo	Estrategias	Desarrollo	Material	Tiempo
Sem: 4 Sesión : 7	Me amo y se lo valiosa que soy	reducir el deseo de exclusividad y de dominio de la pareja, elevando la autoestima.	-Dinámica -Inventario de autoconcepto. -Explicación -Técnica de relajación	<p>Inicio</p> <p>En el aula se iniciará con una dinámica “la telaraña”, cogiendo un ovillo de lana, dirá algo de sí misma, entonces quedándose en la mano con una de las puntas, pasará el ovillo a una de las participantes, entonces estas se presentarán diciendo su nombre y mencionando alguna cualidad. Lo mismo irá haciendo una tras otra. Se forma una unión visual que fortalecerá al grupo.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>En esta sesión se trabajarán las distorsiones cognitivas, explicando que son y cómo afectan a nuestra autoestima, para así, poder ver que distorsiones nos están afectando en nuestra autoestima y como cambiarlas. Para trabajar las distorsiones, se realizará un inventario del autoconcepto, el cual se les explica como rellenarlo y que pueden ayudarse para ello del diario de pensamientos que han realizado a lo largo de la semana. Después se explicará cómo se trabajará el cambio a visión positiva de los pensamientos negativos con puesta en</p>	--Ovillo de lana - Papelografo - Plumones - Hojas	45min

				<p>común del inventario del auto concepto, se debate en grupo y de esta forma que cada cual aporte su forma de cambiar estas distorsiones, implicándose todas las participantes.</p> <p>Después se trabajará el cambio a visión positiva de los pensamientos negativos con puesta en común del inventario del autoconcepto, se debate en grupo y de esta forma que cada cual aporte su forma de cambiar estas distorsiones, implicándose todas las participantes.</p> <p>Posteriormente, tendremos que cambiar esos pensamientos negativos que aparecen en el autoconcepto por otros positivos y reales, un ejemplo sería: - “No sirvo para nada, todo lo hago mal”, “Para muchas cosas sí que sirvo, como dibujar, estudiar, hacer pasteles...</p> <p>En esta sesión también se realizará una técnica de relajación, entre la redacción del inventario de autoconcepto y el cambio a visión positiva. Esta relajación les ayudará a tomar decisiones libres del estrés que les pueda causar el recordar estos pensamientos. Se utilizará la técnica de relajación de Jacobson</p> <p>Cierre:</p>		
--	--	--	--	--	--	--

				<p>Se les solicitará como tarea para la casa que realicen autoafirmaciones positiva frente al espejo:</p> <p>Consiste en que se vayan mirando al espejo de vez</p>		
Criterio de evaluación se cumplió el objetivo.						

Semana/ sesión	Actividad	Objetivo	Estrategias	Desarrollo	Material	Tiempo
Sem: 4 Sesión : 8	La vida te da opciones pero tu tomas las decisiones.	Aplicar técnicas asertivas para disminuir el deseo de control y dominio en la relación.	Role play Trabajo en grupo Explicación con diapositivas	<p>Inicio:</p> <p>Se iniciará la sesión con una dinámica de role play, Pillar a su pareja haciendo algo agradable, y hacérselo saber, tener una lista con deseos que el otro puede ir haciendo, observar la conducta agradable de la pareja para evitar la atención selectiva, recordar los lugares, fechas, canciones, etc. que han sido símbolos de las cosas que han unido a la pareja, etc.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>A través del role play se les enseñará las técnicas y juegos para propiciar el intercambio de conductas positivas y utilizar una comunicación asertiva, haciéndoles ver que muchas veces idealizamos el amor, ¿Por qué fracasamos en el amor?, ¿el amor implica conversar?, ¿Qué estilo de comunicación utilizo con mi pareja para saber que hizo durante el día?, Explicándoles las formas adecuadas de comunicarse con sus parejas sin llegar a ser una persona controladoras o dominantes , para ser asertivos dentro de la relación sin permitir</p>	Vestimentas Objetos Hoja Power point	45min

				<p>el control o dominio por parte de la pareja o de ellas mismas.</p> <p>Cierre:</p> <p>¿Se les preguntará que les pareció la sesión del día de hoy?, ¿Cómo se sienten después de haber participados en diferentes talleres?, Invitándolas a practicar lo aprendido de ahora en adelante. Refiriéndole que nadie puede dar amor si primero no se ama</p>		
Criterio de evaluación se cumplió el objetivo.						

REFERENCIAS

1. Aiquipa, J. (2012). Diseño y validación del inventario de dependencia emocional – IDE. *Revista de Investigación en Psicología*, 15(1), 133-145. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3673/2946>.
2. Aiquipa J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 411-437. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/13050/13663>
3. Aliaga, D y Travesano, J (2015). *Dependencia emocional y pensamientos automáticos en pacientes de sexo femenino con depresión de un hospital psiquiátrico de Lima Metropolitana* (Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/136/Diana_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4. Alvarez, S. K. y Maldonado, K. P. (2017). Funcionamiento familiar y dependencia emocional en Estudiantes Universitarios (Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú). Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/4785>
5. Bowlby, J. (1986). *Vínculos Afectivos. Formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.
6. Bucay, J. (2010). *El Camino de la Autodependencia*. México: Grijalbo. Recuperado de <http://www.oceano.mx/ficha-libro.aspx?id=9112>
7. Cabello, F. (25 de setiembre de 2017). Un tercio de las parejas sufre dependencia emocional. *Heraldo*. Recuperado de <https://www.heraldo.es/noticias/suplementos/salud/2017/09/25/un-tercio-las-parejas-sufre-dependencia-emocional-1198365-1381024.html>.
8. Castelló, J. (2000). *Análisis del concepto “Dependencia emocional”*. Ponencia presentada en el Primer Congreso Virtual de Psiquiatría. Recuperado de https://onedrive.live.com/?authkey=%21AKlp_6AaZjpSael&cid=C1D941F0F368

- E7E4&id=C1D941F0F368E7E4%21378&parId=C1D941F0F368E7E4%21179&o=OneUp
9. Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional Características y Tratamiento*. España: Alianza Editorial.
 10. Castelló, J. (s.f.) Tratamiento de la dependencia emocional en la mujer [Información en página web]. Recuperado de <https://onedrive.live.com/?authkey=%21ALhy6FmpzUCVBjI&cid=C1D941F0F368E7E4&id=C1D941F0F368E7E4%21381&parId=C1D941F0F368E7E4%21179&o=OneUp>
 11. Colín, H. (2014). *Amor... ¡Ya no te tengo!*. [Versión Kindle]. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=XsbCBQAAQBAJ&pg=PT205&dq=DEPENDENCIA+EMOCIONAL&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjbjZekrc7aAhUS2IMKHf9CAvgQ6AEIVTAJ#v=onepage&q=DEPENDENCIA%20EMOCIONAL&f=false>
 12. Díaz, N. (14 de febrero de 2018). La dependencia emocional, cuando el amor hace sufrir. *El Nacional*. Recuperado de http://www.el-nacional.com/noticias/salud/dependencia-emocional-cuando-amor-hace-sufrir_223022
 13. Fernández, M. (2013). La autonomía emocional. *Revista de claseshistoria*, 1-12. Recuperado de <https://onedrive.live.com/?authkey=%21ANLesjYI37dNw-8&cid=C1D941F0F368E7E4&id=C1D941F0F368E7E4%21379&parId=C1D941F0F368E7E4%21179&o=OneUp>
 14. Gayó, R. (1999). Apego [Información en página web]. Recuerpado de <http://www2.udec.cl/~ivalfaro/apsique/soci/apego.html>
 15. Habed, N. (6 de marzo de 2015). *Dependencia emocional de la mujer*. La Prensa. Recuperado de <https://www.laprensa.com.ni/2015/03/06/opinion/1793992-dependencia-emocional-de-la-mujer>
 16. Huamán, F. R. y Mercado, K. (2018). *ependencia emocional y clima social familiar en estudiantes de una universidad privada de Lima Este* (Tesis de

Licenciatura, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú). Recuperado de <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/989>

17. Izquierdo, S. A. y Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 7(1), 81-91. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297226904011.pdf>
18. Laca, F. y Mejía, J. (2017). Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 66-75. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/292/29251161006/>
19. Ladd, G. (13 de febrero de 2015). La relación entre enamorados que oprime o controla es dependencia emocional y nada tiene que ver con amor [Información de página web]. Recuperado de <http://www.minsa.gob.pe/?op=51¬a=16114>
20. La Riva, C. (2017). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Dependencia Emocional en Estudiantes de Institutos del Distrito de la Esperanza* (Tesis Grado de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo, Trujillo, Perú). Recuperado de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/680/lariva_rc.pdf?sequence=1
21. Lavad, Z. (2016). *Dependencia Emocional en padres y madres de familia del Centro Poblado Miramar* (Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo, Trujillo, Perú). Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/266>
22. Salguero, K. (2016). *Rasgos De Dependencia Emocional De Mujeres Estudiantes De Licenciaturas Psicología Clínica Y Psicología Industrial De La Universidad Rafael Landívar* (Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar, Asunción, Guatemala). Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/SalgueroKaren.pdf0.html>
23. Sánchez, A. (11 de mayo de 2016). En los últimos 12 meses el 28,2% de las mujeres de 18 y más años fueron víctimas de violencia por parte del esposo o compañero. [Información de página web]. Recuperado de <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-los-ultimos-12-meses-el-282-de-las->

mujeres-de-18-y-mas-anos-fueron-victimas-de-violencia-por-parte-del-espos-o-companero-9039/

24. Salguero, K. (2016). *Rasgos De Dependencia Emocional De Mujeres Estudiantes De Licenciaturas Psicología Clínica Y Psicología Industrial De La Universidad Rafael Landívar* (Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar, Asunción, Guatemala). Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/SalgueroKaren.pdf>
25. Sirvent, M. T. (1999). Problemática actual de la investigación educativa. *Revista del Instituto*, 8(14), 64-75.
26. Stenberg, R. (1989). *El triángulo del amor*. Argentina: Paidós.
27. Moral, M. d. y Sirvent, C. (2008). *Dependencias sentimentales o afectivas: etiología clasificación y evaluación*. Recuperado de www.aesed.com/descargas/revistas/v33n2_2.pdf
28. Niño, D. y Abaunza, N. (2015) Relaciones entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Psyconex*, 7(10). Recuperado de <https://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/Psyconex/article/view/23127/19039>
29. Risso, W. (2013). *Desapegarse sin anestesia. Cómo fortalecer la independencia emocional*. España: Planeta/Zenith. Recuperado de <https://onedrive.live.com/?authkey=%21ADaJlqD32mHfy4&cid=C1D941F0F368E7E4&id=C1D941F0F368E7E4%21382&parId=C1D941F0F368E7E4%21179&o=OneUp>
30. Tuñoque, L. (2017) Mujeres que no denuncian violencia, viven en dependencia emocional [Información de página web]. Recuperado de <http://vital.rpp.pe/vivir-bien/mujeres-que-no-denuncian-violencia-viven-en-dependencia-emocional-noticia-1054967>
31. Vega, L. (2016). *Dependencia emocional y violencia de pareja en mujeres en la adultez temprana usuarias de un establecimiento de Salud Nacional en Comas* (Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú).

Recuperado de
http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/1281/Vega_FLS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

32. Ventura, J. y Caycho, T. (2016). Análisis psicométrico de una escala de dependencia emocional en universitarios peruanos. *Revista de psicología*, 25(1), 01-17. doi:10.5354/0719-0581.42453
33. Sartori, K. y De la Cruz, C. (2016). Dependencia emocional de pareja en mujeres atendidas en una clínica universitaria de Lima. *Cátedra Villareal*, 4(2), 215-222. doi <http://dx.doi.org/10.24039/cv20164275>
34. Valdivia, C. A. y Vargas, E. (2017). *Distorsiones Cognitivas y Dependencia Emocional de Pareja en Estudiantes Universitarios* (Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Perú). Recuperado de <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/137923>
35. Villegas B.(2013) “amor y dependencia en las relaciones de pareja”. Universidad de Barcelona. Recuperado de https://www.centroitaca.com/pdf/biblioteca/Amor_13.pdf
36. Villegas M y Sánchez, N. (2013). Dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciante de maltrato de pareja. *Textos y Sentidos*, (7), 10-29. Recuperado de <http://biblioteca.ucp.edu.co/OJS/index.php/textosysentidos/article/view/807/767>
37. Woods, D. (s.f.). Psicología infantil [Artículo online]. Recuperado de <http://www.geifco.org/a-caballero/descargas/winnicott.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Metodología
<p>Problema General: ¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima?</p> <p>Problemas secundarios 1- ¿Cuál es el nivel de miedo a la ruptura en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima? 2- ¿Cuál es el nivel de las miedo e intolerancia a la soledad en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima? 3- ¿Cuál es el nivel de prioridad de la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima? 4- ¿Cuál es el nivel de necesidad de acceso a la pareja en mujeres estudiantes de una</p>	<p>Objetivo General General Determinar el nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima.</p> <p>Específicos 1-Determinar el nivel de miedo a la ruptura en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima. 2-Determinar el nivel miedo e intolerancia a la soledad en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima. 3- Determinar el nivel prioridad de la pareja en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima. 4-Determinar el nivel de necesidad de acceso a la en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima.</p>	<p>Población: La población es de 90 estudiantes (mujeres).</p> <p>Muestra: La muestra del estudio es tipo censal pues se elige el 100% de la población.</p> <p>Delimitación temporal Marzo - Agosto 2018</p> <p>Tipo de investigación Investigación descriptiva</p> <p>Diseño de investigación No experimental</p> <p>Variable: Dependencia emocional.</p> <p>Instrumento Inventario de Dependencia emocional de Aiquipa. Elaborado en el 2015.</p>

<p>universidad pública del cercado de lima?</p> <p>5- ¿Cuál es el nivel de deseo de exclusividad en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima?</p> <p>6- ¿Cuál es el nivel de subordinación y sumisión en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima?</p> <p>7- ¿Cuál es el nivel de percepción de su autoeficacia en deseos de control y dominio en mujeres estudiantes de una universidad pública del cercado de lima?</p>	<p>5-Determinar el nivel deseo de exclusividad en mujeres estudiantes de una universidad pública del mercado de lima.</p> <p>6-Determinar en nivel subordinación y sumisión en mujeres estudiantes de una universidad pública del mercado de lima.</p> <p>7-Determinar el nivel deseos de control y dominio en mujeres estudiantes de una universidad pública del mercado de lima.</p>	
---	--	--

Anexo 2. Carta de presentación de la Universidad



Universidad Inca Garcilaso de la Vega

Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 29 de Mayo del 2018

Carta N° 1225-2018-DFPTS

Licenciada

MARIA MARITZA RETAMOZO ZEGARRA
DIRECTORA DEL CENTRO DE RESPONSABILIDAD
SOCIAL Y XTENSION UNIVERSITARIA DE LA
FACULTAD DE EDUCACION UNMSM.

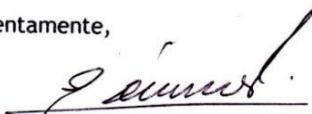



Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **María del Pilar SILVA BERROSPÍ**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 435574330 quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución ; para poder así optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología , bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,


 Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS
Decano (e)
Facultad de Psicología y Trabajo Social

RGShzv
Id. 887248

Av. Petit Thouars 248, Lima
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo: 3304
E-mail: psic-soc@uigv.edu.pe

Anexo 3. Carta de aceptación de la institución



“Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional”
UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA



Lima, 01 de junio de 2018.

Oficio N° 0211/FE-CERSEU/2018

Doctor:
RMIRO GOMEZ SALAS
Decano (e) de la
Facultad de Psicología y Trabajo Social de la
Universidad Particular “Inca Garcilazo de la Vega”
PRESENTE.

ASUNTO: APLICACIÓN DEL INVENTARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL A LAS ESTUDIANTES DEL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN DOCENTE, EJECUTADO POR DOÑA MARÍA DEL PILAR SILVA BERROSPÍ

Ref.: Carta N° 1225-2018-DFPTS

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo, responder su atenta comunicación indicada en la referencia.

Al respecto, comunico a usted que, este despacho ha coordinado con los responsables, a fin de brindar las facilidades para la ejecución de la muestra representativa de investigación en esta Facultad, para los fines expuestos.

Sin otro particular, hago propicia la ocasión para reiterarle mi consideración y estima.

Atentamente,



Lic. María Maritza Retamozo Zegarra
DIRECTORA(e)

MMRZ/nvd

Anexo 4. Cuestionario

Sexo: (M) (F)

Carrera:

Pareja Actual: Sí o No

Orientación Sexual:

Instrucciones

Lea cada frase y decida si las oraciones que aparecen a continuación le describen de acuerdo a como, generalmente, siente, piensa o actúa en su relación de pareja, anotando sus respuestas con una “X” en el casillero que corresponde. Si actualmente no tiene pareja, piense en su(s) relación(es) de pareja(s) anterior(es) y conteste en función a ello.

1. **Rara vez o nunca** es mi caso
2. **Pocas veces** es mi caso
3. **Regularmente** es mi caso
4. **Muchas veces** es mi caso
5. **Muy frecuente o siempre** es mi caso

Nº	REACTIVOS	1	2	3	4	5
1	Me asombro de mí mismo(a) por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.					
2	Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.					
3	Me entrego demasiado a mi pareja.					
4	Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja					
5	Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.					

6	Si no está mi pareja me siento intranquilo(a).					
7	Mucho de mi tiempo libre, quiero dedicarlo a mi pareja.					
8	Durante mucho tiempo eh vivido para mi pareja.					
9	Me digo y redigo: “¡Se acabó ¡”, pero llego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él/ella.					
10	La mayor parte del día, pienso en mi pareja.					
11	Mi pareja se ha convertido en una “parte” mía.					
12	A pesar de todas las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.					
13	Es insoportable la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.					
14	Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.					
15	Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra relación no termine.					
16	Si por mí fuera, quisiera vivir siempre con mi pareja.					
17	Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.					
18	No sé qué haría si mi pareja me dejara.					
19	No soportaría que mi relación de pareja fracase.					
20	Me importa poco que digan que mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.					

Nº	REACTIVOS	1	2	3	4	5
21	He pensado “que sería de mí, si un día mi pareja me dejara.					
22	Estoy dispuesto(a) a hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja.					
23	Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.					
24	Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.					
25	Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.					
26	Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa.					
27	Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible.					
28	Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.					
29	Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien.					
30	Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.					
31	No estoy preparado(a) para el dolor que implica terminar con una relación de pareja.					
32	Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mí, cuando estoy con mi pareja.					
33	Me cuesta concentrarme en otra persona que no sea mi pareja.					

34	Tanto el ultimo pensamiento al acostarme como el primero al levantarme es sobre mi pareja.					
35	Me olvido del “mundo” cuando estoy con mi pareja”.					
36	Primero está mi pareja, después los demás.					
37	He relegado alguno de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.					
38	Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.					
39	Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar un tiempo solo(a).					
40	Suelo postergar alguno de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.					
41	Si por mí fuera, me gustaría vivir en una isla con mi pareja.					
42	Yo soy solo para mi pareja.					
43	Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.					
44	Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.					
45	Me aílo de las personas cuando estoy con mi pareja.					
46	No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.					
47	Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.					

48	No puedo dejar de ver a mi pareja.					
49	Vivo para mi pareja.					



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 18%

Date: martes, julio 31, 2018

Statistics: 3100 words Plagiarized / 17070 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 1.1. Descripción de la realidad problemática. Delimitación temporal, espacial y demográfica. La dependencia emocional está directamente ligada a como una persona sufre una adicción hacia otra persona, en su mayoría se desarrolla esto en una relación de enamorados o parejas.

Los alumnos que cursan el quinto año de secundaria se encuentran en una etapa, de cambios que requieren la aceptación de sus pares para sentirse aceptados, valorados como parte de un grupo. Es en esta etapa donde se da la fase inicial de enamorados, donde todo se ve hermoso, se siente mucha felicidad y se pierde la objetividad de ver si es lo que realmente se busca para iniciar un camino en pareja. Es por ello que los estudiantes son más vulnerables de generar una dependencia emocional.

Internacional Según el Heraldó en la publicación efectuada el 4 de abril de 2018 "Un tercio de las parejas sufre dependencia emocional", menciona que la tercera parte de las parejas sufren de dependencia emocional generando problemas como depresión y angustia, siendo la semilla la violencia de género. Cuando una persona sufre depresión, tiene mayores probabilidades de que esto aparezca unas 20 veces y en un 49% se desarrolla la violencia de género.

Según la (OMS 2015), las personas que presentan este tipo de dependencia; manifiestan conductas inestables, destructivas y obsesivas; esto puede conllevar a la violencia de pareja que se observa en altos índices de acuerdo a los estudios

6/11/2018

Correo: MARÍA SILVA - Outlook

Re: investigación finalizada

FERNANDO RAMOS RAMOS <framos1813@gmail.com>

Dom 19/08/2018, 01:21

Para: MARÍA SILVA <maria_pilar_2103@hotmail.com>

 1 archivos adjuntos (2 MB)

TESIS FINAL MARIA DEL PILAR SILVA BERROSPÍ 19 agosto 2018.docx;

Buenas noches

SU TESIS ESTA APROBADA.

Mg. Fernando Ramos Ramos

2018-08-01 11:53 GMT-05:00 MARÍA SILVA <maria_pilar_2103@hotmail.com>: